ব্ৰ ফচয্য-সাধন

निर्धारम्

4/1 2. N. Sikdar 290 COY ASC (SUPPLY) 7/19 99 BPO 19/19/10 19/19/10 19/19/10 19

ব্ৰহ্মচয্য-সাধন

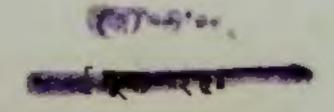
ভাষাৎ

जक्षाच्या-भालत्वव विश्वघावली

কর্মণা মনসা বাচা সর্সাবস্থান্থ সর্সান। সর্সাত্র মৈপুনত্যাগো **অক্ষাহর্য্যং** প্রচক্ষতে।



পরিবাজকাচার্য্য পরমহংস শ্রীমৎ স্বামী নিগমানন্দ সরস্বতী প্রবাজকাচার্য্য পরস্বতী



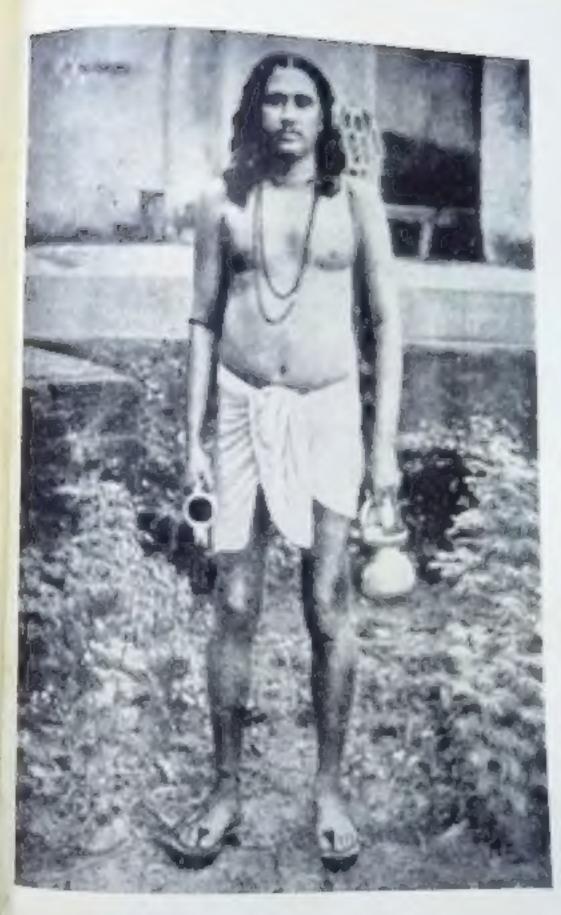
ত্রাশক জীমত স্থামী সভ্যানন্দ সরস্বভী গাংকত মা হালিসাক ২০ গ্রহণা প্রভাবন

्रिक्ट आहर्ष-३०३६, विकीत आहर्ष-३०३३ इतीर आहर्ष-३०६६, जहुरी आहर्षण-३०३६, शक्त आहर्षण-३०३६, को अहर्षण-३०३६, आहर्ष आहर्षण-३०४६, कार्यण आहर्षण-३०४६, सरम आहर्ष-१०३६, समय अहर्षण-३०४६, कार्यण आहर्षण-३४८८, सम्म आहर्ष-(६०००)-३४४६, कार्यण आहर्षण-(४०००)-३०४४, अहर्षण आहर्ष-(४०००)-३४१६, शक्ताल आहर्षण-(४०००)-३०४४]

(बाक्न ना अवन १००० - ১८৮०

চ্যারিংশ সংজ

মূলাকর শ্রীক্ষমলেন্দু শিকদার ভাষ গুরু প্রিক্টিং ওয়ার্কস্ ১০/১, মণীক্র মিত্র রো, কলিকাতা->



জী ১০৮ সামী নিগমানন পরমহংসদেব

উৎসর্গ

অভীত বুগের

অধিগণের মঙ্গলাশীর্কাদকরপ

হিন্দুসমাজের ভাবী ভরসাত্র

অকুমারমতি কুমার ও মুবকগণের করে

এই পুত্তকথানি

শাদরে

অপিত হইল

গ্রহকার

सं नमः जैनाचाव

ভূমিকা

अमन् अक्टारत्व कुनाय बल्ड्या-नान्त्व नियमावली काकान करिनाम। (मरण रिम्म्पर्य का श्र वहेट उट्ह। क्रमणः लाटक कानिएड পারিতেছে যে, এপ্রেণা নাপ্রমই অন্ত তিন আপ্রমের ভিত্তি; ক্তরাং वक्रार्थं व कार्र अब जिन भावा छित्रितेन स मक्षेता हहेगा পড়িशাছে—दिवरण धर्मन नारम विश्वम चन्द्रमेन द्यां धराहिल হইতেছে। ত্ৰের বিষয়, অধিকাংশ ব্রীশক্তি লোকের দৃষ্টি এদিকে आकृते व्हेपारक । युवकशरणव अभवता-भागरन्य अस विरम्य आधार रमशा याहेटल्ड । किंड उष्कर्ण-भागतन्त्र कान भावावाहिक निषमादली ना वाकाय चन्त्रक नानाक्षण व्यक्तिया (छात्र कतिया वादक। वर्डमादन क्रे-একধানি অফচাণার পুরক বাহির হইলেও তৎসম্বর অকুমারমতি वानकश्रावत वृतिवात व निविवात भरक छान्न छेनरगांत्री इस नाहे। আমরা "আ্যানপ্ন" মাসিক পত্রিকার ব্রহ্মেরে নিগম সংশ্বে কিছু কিছু বালোচনা করিগাছিলাম। তংপাঠে গ্রাহক ও পাঠকগণ ব্রম্বার্থ্য সহত্তে একথানি পুত্তক প্রকাশ করিতে অঞ্রোধ করেন। তাঁহাদের छे । मार्ट् था । पार्वि इहेबाहे अहे भूखकथानि धकानि इहेन। একণে আ্যানপ্ৰ হইতে একখানি পত্ৰ উত্তত কৰিয়া আমৱা ভূমিকাৰ ৰক্তব্য পরিভূট করিভেছি।

মাপ্তাবর

এযুক্ত কুমার চিদানজ

কাৰ্যাধ্যক - "আ্ৰাদৰ্পণ" সমীপেযু-

মহাশ্য! আপনাদের শান্তি আশ্রম হইতে প্রকাশিত "আধ্যমপ্র"
নামক মাসিক পত্রিকা আমাকে কমেক সংখ্যা পাঠাইয়াছেন, ভাষা প্রাপ্ত
চইয়াতি।

আপনি পরিকায় "ব্রুচ্ছা-আশ্রম" শীগক একটি প্রবন্ধ লিখিয়াছেন, ভাষা পাঠে অভান্ত সুধা হইলাম। এই কয়েকটা কথা জানিবার জন্ম আপনার নিকট এই পর লিখিলাম, আপা করি সম্প্রদেশ দিয়া সুখা করিবেন।

ব্ৰহ্ ক্ষাৰ প্ৰতি শামাৰ মতান্ত অনুৱাগ আছে বটে, কিছ ভ্ৰত্নের বিষয় স্মান্ত আমি এ বিষয় আনিছে পারি নাই বাইছার উপকারিভার বিষয় ও বুলিতে পারি নাই। এবলিনে সর বুলিতে পারিছেতি, কিছ বুলিলে কি চইবে? যে সর্পনাপ চইবার ভালা চইয়াতে। বীর্যাধারণ করিব কি, নানাপ্রকার অভ্যাচার-মনাচারে বীর্যাক্ষয় করিবা এখন পশুছ প্রান্ত হইয়াতি। যদি পূর্বে কেচ ব্রহ্মচন্দের উপকারিভার বিষয় বুঝাইয়া কিয়া ভ্রিষয়ে শিকা দিত, ভবে বাচিভাম—এ সর্বনাপ হইত না। এখন উপায় কি?—কি করি? সম্পত্তি এক বিশেষরে পদার্শন করিয়াছি—কছের বন্ধের হইল বিবাহত করিয়াছি; এ অবস্থায় ব্রশ্বচন্দ্র কি প্রকারে, শেই উপনেশের জন্ধ আপনার চর্বপ্রান্তে উপনীত হইলাম। আশা করি আ্যান আশা পূর্ব করিবেন।

জন্ম অনেক আশা ছিল, কিন্তু একটাও পূর্ব ইততেছে না, আনি না ভগবান কবে এই অধ্যের আশা পূর্ব করিবেন। প্রায় তুই বংসর হইল, পূজনীয় নিগমানক সামীর "যোগী ওক" আমার হস্তাত হইডাছে; "যোগী গুৰু" পাঠ করিয়া আমার অজ্যানান্ধকার বিদ্রিত হইল, আমি অনেকটা ব্রিতে পারিলাম।

वृत्तिकाम, প्रवाद मधारत्व कथाहे क्रिक आक्रकामकात अक्रिका বাবসাতেই পরিণত হইয়াছে। জিনি কুলগুরু পরিজ্ঞাগ করিছে নিয়েদ করিয়াছেন এবং প্রথমে কুল্ডকর নিকট মন্ত্র লইয়া পরে শিক্ষার জন্ত উপগুরু করা যায়, তাহাও লিখিয়াতেন। তদরুষায়ী আমি ১০১৪ সালে পৈতৃক ওকর নিকট হইতে মল গ্রহণ করিয়া বসিয়া আতি। ঈশানচন্দ্র শীল মহাশয়ের নিকট হইতে প্রমহংসদেবের ঠিকান। জানিং। লইয়া ভাহার ঐচিব্যস্মীপে উপস্থিত হটবার অভা আগহারিত হট্যা বসিয়া व्यक्ति। विभिन्न व्यक्ति वर्ष यहि यहि कविशान यहित्व भाविनाम ना-ভগবান কবে আমার মনোবালা পূর্ণ করিবেন জানি না। আমার পিডা चार्छन , भवपदामरम्दवन निकृष्ठे यादेव, हेवा छ। हात हेन्छ। नरव । याप चामि স্থানীন হটভাষ অপৰা উপাৰ্জনক্ষম হইভাষ, ভবে বোদ হয় এভনিনে গ্রাহার সহিত সাক্ষাং করিতাম। কোথাও ঘাইতে হইলে বাবার নিকট হইতে পরচ চাহিয়া সইতে হয়, তিনি দিলে যাওয়া হয় নতুবা হয় নাঃ স্বামি নিজেও উপাৰ্জন করি না যে তাহা দারা পথ্যরচের সহায়তা হইবে ; - অদ্তের উপর নির্ভির করিয়া বসিহা আছি, জানি না ভংবান্ অদৃত্তে কি কিবিয়াছেন! আপনাদের আগাদর্পণ পত্রিকা কছেক মাস शावर नाहेर छि । शावक व्हेवाद बायदिक हेळ। बार्छ, किन्द्र कि कदिव, এ বিষয়ে বাবার নিকট এক প্রসাও পাই না অর্থাৎ দক্ষবিষয়ক কোন পুত্তক বা পত্রিকার জন্ধ একটি প্রসাধ দিতে তিনি রাজী নন।

"গোগী গুৰু" পাঠে অবগত হইহাছি যে বীৰ্যধাৰণ কৰিছে না পাৰিলে কোন বিষয়েই কুডকার্যা হইতে পারা বায় না। বীয়াক্স হইলে ভাব-ভক্তি সমত নাকি বিনট হইয়া হায় । সুত্রাং সাধ্ন-ভত্ন বিভয়না মাত্র। পরমহংসংখ্য লিখিয়াছেন "সংখ্য ও অভাাসে সম্ত হয়"—ভাহা বৃত্তি ৰটে, কিন্তু তথাপিও পারি না, প্রবল সংসার-মাতাবদ্ধ পাশবদ্ধ সামাত श्राप्ति, श्रामात्र माद्या कि त्य श्रामा अ माद्य श्रामि वीयाश्राद्य कवि ह অনেক চেটা করিয়া দেখিয়াছি, অটাল খৈগুন করা আমার সাধ্যাতীত। সংসারাশ্রম পরিভাগি করিলে শারিব কি-না ভাগাও জানি না। সাসার পরিত্যাপ করিবার চেটাও করিয়াছিলাম, কিছ পারি নাই। দেখিলাম সংসারাসাধ্যত্থেজু মন ভাগার উহত বেলিহান ভিহনা লক্ লক্ কৃতিয়া বাড়াইয়া বিভেছে। মন বলে—সংসারও ছাড়িব না, ভগবান্কেও চাই। 'পয়সাও দিব খার, গান্ত ভানিব ভাল।' এবন कि कवि ? आधात व अवस्थ वक्षत मन्त्रका कारा कर- जिनि नथ ना (मश्रोहेश मिल चांव छेनाव नांहे। नदमश्मातरदद निकेट दा वाहेरक পারিব, ভাহার কোন হুযোগ দেখিতেছি না। আর এই ছতভাগা ভারার নিকট ঘাইভেও ভর পায়, কারণ আমার মত পাপীকে ব্যবি তিনি উপেক্ষা করেন! এ প্রায় কত পাপ করিয়াছি, তাহার আর हैपना नाहे; जाहे थहे नानकन्षित क्षत्र नहेंदा छाहाद निकते दाहेटल ख्य हरा। भार राध्यात्र छेलार नाहे- खिनि चडरायी, खिनि नमखहे লানিতেছেন। ভবে আমি তার নামে চিটিখানা পুখার দিতে পারিলাম না। আপনি তাহার ভক্ত। যদি আপনার কুপা হয়, ভবে ভাঁহারও इना हरेंद्र, अहे आनाय आनगाद हर्षम्यात उनिश्व हरेलाय, सक्छर করিয়া এ হতভাগার প্রতি কুপাকটাক্ষণাত করিবেন ইহাই প্রার্থনা।

একণে আমার মনে এই ধারণা হইবাছে তে, ব্রস্কর্তা ক্রের্বন না করিলে আর উপায় নাই। ব্রস্কর্তাের বলে মনে একাগ্রাভা সাধন সহস্থ হইবে, স্ভরাং সাংল-ভদ্ধনেও কল পাওয়া যাইবে। নানাবিং পুন্ধনা-লোচনায় জানিতে পারিবাছি যে বিবাহিত জীবনেও রন্ধচন্য পালন করা যায়। পরসহংসংহবের "যোগী ওক"তে ইয়া উক্ত হইয়াছে এবং "রন্ধচন্য-সাধন" নাম দিয়া অনু পুন্ধকে তিনি তবিষয়ে আলোচনা করিবেন ইয়াও লিখিয়াছেন। তিনি 'রন্ধচন্য-সাধন' লিখিয়াছেন কি-না আনি না। যদি লিখিয়া থাকেন, তবে অনুগ্রন্ধক আনাইবেন।

মাঘ্যাদের "আহাদর্পণ" পারে অবগত হইলাম বে, পর্মহংসদেবের "জানী গুঞ" নামক পুরুক বাহিব চ্ইয়াছে। বাবার নিকট টাকা biदिल नाहेर ना खानि, खखदाः आभाद निकारे ए कायकि गेका আছে, ভাহা যাহাই বর্তমানে একবানা "কানী গুরু" ও "আ্থানপ্ন" পত্রিকার প্রাচক চইবার ইছে। করিচাছি। আগাদর্পণের ২য়, তয় ও बर्ध भारता कान्त रहेगाडि । स्वरतमात क्षयम माना भारे नारे, चल्याव चामारक अक्यामा 'कामी खक' जवर टायम मरवा। 'चारामर्था' अक्यामा कारा मृत्ना कि निः त्नारहे नांशहेश मिरवन । मात्र जे नार्त्यत्व मरपाहे चामान भरवन छेखर महभरमम निया नानिक कविरतन। चाचकारिनी আপনাৰ চৰণে আনাইলাম : একণে আমাৰ কি কণ্ডব্য অভ্গ্ৰহপূৰ্বাক कार्राहेरवर । काननाव क्या श्हेरन पदम्स्थार्यदव क्या इहेरव विणया दिवान, कादन छकाधीन छवदान्। भूकंबाखद च्कृष्टिकरलहे त्यां र्ष नदमक्ष्मरनरवद नदान नाहेशाहि : किंद्र नाहेरन कि श्हेरव, अभन नवास ভে। ইচহণ-নহীলে উপন্তিত হইতে পারিলাম না। আমার বিশাস, আশনি क्या कविरक्षे हहेरव । याज्य इहेगां अ भक्ष शास इहेगाहि - स्थानां प्रकार जुविटलिह - महा करून, वश्य भागी विजया युगा कविटवन ना। अक हिमाद ভগবানের উপর শাপীবের অধিকার বেশী,কারণডিনি অধমতারণ শতিড-शायन । चाराद এই चडान-चढकांद प्राहेश विकेन—এই शार्थना। শাপীর হলতে লাংল নাই—ভীত, সভুচিত লে ভগবানের নিকট সহসা

* * * *

পঠিক! নানাবিধ বিচার করিয়া পত্রলেথকের নাম-গাম প্রকাশ করিতে পারিলাম না, কিন্তু পত্রখানি অবিকল মৃত্রিত হইল। অত্র পত্রিকাম "রক্ষচণা আপ্রম" শীগক প্রবন্ধ বাহির হওয়ার পর হইতেই এইরণ কত পত্র প্রভাহ আমাদিগের নিকট আসিতেছে। নম্নাম্বরূপ একথানি প্রকাশিত হইল। অধিকাংশ পত্রলেথক স্থল-কলেজের চাত্র এবং বয়স ১৬ ইইতে ২০।২৪ এর মধ্যে।

মেশের উন্নতিকামী মহামাল নেতাগণ, সমাজসংস্থারকগণ। এবন একবার সমাহিত চিত্তে চিত্তা করন, দেশের কি শোচনীয় অবস্থা—কি বিষম সর্বনাশ উপস্থিত হইয়াছে। দেশের অতি হুওঁগো, তাই অধিকাংশ লোক অন্ধ—তুই একজনের দৃষ্টি এদিকে পতিত হুওয়াছে মাত্র। হিন্দুবংশ ধ্বংসপথে চলিয়াছে। এখনও সকলে সাবধান হউন, নতুবা আর রক্ষা নাই। "বিধবা-বিবাহ অভাবে দিন দিন হিন্দুর সংখ্যা হ্রাস হইতেছে" বলিয়া হাঁহারা অভিমত প্রকাশ করেন, আমরা তাঁহাদিগের কথান্ন আত্বা স্থাপন করিতে পারি না। কেননা, সমাজে দেখিতে পাই, এক-একটা রুমণী ১৭১৮টী সন্তান-সন্ততি প্রস্বৰ করিয়া থাকেন, কিন্তু কোথান্ত ২০১টা

মাত্র অবশিষ্ট থাকে। এইওলি যথাসম্ভব জীবিত থাকিলে। বিধৰ-বিবাহ অপ্রচলন সত্ত্বেও) হিন্দুর সংখ্যা আশাতীক্ত বৃদ্ধি হইতে পারে।

ভাই বলি, প্রকৃত পণ চাড়িয়া বিপথে দাড়াইয়া চীংকার করিলে কোন লাভ নাই। চাজজীবনে এলচর্যা অবলগন করিয়া প্রকৃত শিক্ষা বিস্তার করিতে না পারিলে দেশের আর মন্ধন নাই। বীর্যাহান পিতার পুত্র শোধবীয়া হারাইয়া তুর্জন্ম-রোগগ্রন্থ এবং অকালে কালকবলে পতিত হুইতেছে। ঘাহা হুইয়া গিয়াছে, তজ্জন্ম অনুশোচনা রূখা। ভবিষ্যুতের জন্ম দাবধান হুইয়া ঘূরকগণকে রক্ষা করুন। এলচহ্যের উপকাগিতা সাধারণকে বুঝাইয়া দিউন। বে শিক্ষায় মাহুষকে মহুয়াই প্রদান করে, তাহার প্রচার কজ্জাজনক বা কুক্চি মনে করিয়া নিক্টেই থাকিলে আর হিন্দুনিগের বুজানাই। আমরা যে আয়ু, বল, স্বাস্থ্য, নেনাশক্তি, ধারণাশক্তি সংসাহস, উক্ত আশা—এক কথায় বলিতে গেলে জীবনের যথাদর্থাশ একেবারেই হারাইয়াকেলিয়াছি, তাহার একমাত্র কারণ বন্ধচয়ের অভাব।

যে দকল যুবক ব্রশ্বচর্যার উপকারিতা বৃদ্ধিতে পারিয়াছে, তাহারাও অভিভাবকের অত্যাচারে ব্রশ্বচর্যা-ব্রত অবলম্বন করিতে পারিতেম্বে না। অধিকাংশ পিতা-মাতার ধারণা, পূত্র মংস্ক-মাংস ত্যাগ করিলেই দল্যাসী হইয়া যাইবে। অনেক শিক্ষিত পিতা ভাকারের অভিমত জানাইয়াবলেন, মংস্কাদি ভৌজন না করিলে চক্রোগ জানিবার সম্ভাবনা; বিশেষতঃ উহাতে বলহানি এবং মন্তিক বিকৃত হয়। আমরা জিল্লাসা করি, কোন্ বিধবা বন্ধনারী কিমা পশ্চিম ভারতের হিন্দু, মংপ্রবংশ-ধ্বংসকারী বান্ধালী যুবকের লায় চন্দা বাবহার করিয়াথাকেন? শক্তির কথা বোধ হয় প্রত্যেকেই জানেন, একজন পাঞ্চাবী কিমা মহারাষ্ট্রীর যুবক দশ্জন মংস্থাহারী বান্ধালী মূবকের মোহড়া লইতে পারে। সাংহার কথা—বান্ধালীর মত বোলা কে? পুরুষের ধাতুনোর্যলা-প্রমেহ আর নারীর বাধক-প্রদর্ম নাই, এমন বান্ধালী স্ত্রী-পুরুষ কয়জন আছে জানি না।

সাত্তিক আহারের অশেষ গুল-পৌরাণিক যুগে গুহার যথেই দুইান্ত আছে। আন্তপ তওুল ও কাঁচাকলা থাইরাই জ্ঞানগরিষ্ঠ ক্ষিশ্রেষ্ঠ বশিষ্ঠ, বাান, পতথেল, জৈমিনি প্রভৃতি মহাম্মারা আধ্যাত্মিক জ্ঞানালোকে ভারতবর্গ আলোকিন্ত করিয়াছিলেন। চৌক্ষ বংসর ব্রহ্মচন্ট্য পালন করিরাই রামান্তল লক্ষণ ইন্দ্রজিতের বন্ধসাধনে সক্ষম হইরাছিলেন। একবিংশতিবার ক্ষাত্রয়-হননকারী পরস্করামের অমিতবিক্রম কুমার-ব্রহ্মচারী ভীমের নিকট অবনত হইরাছিল। বর্তমান যুগের প্রফেসার রামমৃত্রির অলৌকিক পরাক্রমের কথা কাহারও অবিদিত্ত নাই। তাহাও ব্রহ্মচন্মের ফল। ত্রিযুক্ত ভিলক-গোখলের তায় কয়টা বান্ধালীর মাধা পরিকার প্রত্যাং ঐ সকল কু যুক্তি দশাইয়া ব্রহ্মচ্ব্যপালনে অনাদ্র, পাকাভা সভাতার বিষম্য কল ভিন্ন আরু কি বলিব প্

উপরোক্ত পত্রে প্রকাশ, পিতা পুত্রগণকে ধর্মপুত্রক পাঠ বাধর্মোপদেশ লাভের অবকাশ বা স্থানাগ দেন না। তাহাদিগের তুর্মল হদয়ে সর্মনাই ভব, নাধুসদ কিছা সদ্গ্রাদি পাঠ করতঃ পুত্রটি ধান্দিক হইয়া পাছে অর্থোপার্জনে উদান্ত করে। পিতা-মাভারও বড় দোব নাই – কেননা তাহারাও ধন্মরকার্থ শিক্ষালাভ করেন নাই। কাজেই সমাজের অধিকাংশ পিতা হিরণাকশিপুর অবতারবিশেব। আমরা জানি, এই শ্রেণীর একজন জমিদার একমাত্র প্ত্রের ধন্মভাব দৃষ্টে পুরস্কারের লোভ দেখাইয়া একজন বাহবনিতার হারা পুত্রকে স্থাথে আনিবার প্রয়ান পাইয়াছিলেন।

পাঠক! হিন্দুমাজের হুদ্দার আরও বাকী আছে কি? ভোমরা যভই সভাসমিতি করিয়া দেশোয়তির জন্ম চীৎকার কর না কেন, প্রস্তুত শিক্ষা ব্যতীত কথনই ফুকলের আশা করিতে পার না। তাই পদে পদে বিভাছিত হইতেছ। ধশ্বই সর্বপ্রকার উন্নতির একমাত্র ভিত্তি। প্রস্তুত শিক্ষায় ধশ্বভাব যখন পুট হইবে, তখনই দেশের যথার্থ উন্নতি আরম্ভ হইবে। ধশ্ব ব্যতীত কি কখনও আমিজের স্কীর্ণ গভী নই হইয়া বিশ্বময় প্রসারিত হইতে পারে? ধর্ম বাতীত কেহ কি কগন্ধ প্রার্থে স্বার্থ স্থাতি করিতে পারে?

তাই বলিতেছি, যতই বক্তার উচ্চরোলে বিশ্ব কম্পিত কর না
ক্রে—নিশ্চয় জানিও "ঘদে মেজে রূপ আর ধরে বেঁধে পীরিত" হর না।
ক্রেক্ত উন্নতি লাভ করিতে হইলে ধর্মবল লাভ করা চাই। ধর্মবল লাভ
করিতে হইলেই ব্রদ্যচর্মাপালন একান্ত আবক্ষক। কেবল পুরুক পাঠ
ও বক্তার দারা ধর্মগাভ করা যায় না। হিন্দু বাতীতও পৃথিবীর
দর্মন্দ্রমালারে প্রতাক্ষভাবে না হউক পরোক্ষভাবে ব্রহ্মচর্বা পালিত
হইয়া থাকে। তবে দেশ, কাল, পাক্রভেদে বিভিন্নতা হইতে পারে।
আমাদের দেশে বিধ্বা ললনাগণ আয়ু, স্বাস্থা ও সৌন্দর্যো বিভূমিতা হইয়া
ব্রহ্মচর্বার মহিমা বিঘোষিত করিতেতেন। আর আমরা বেচরের মধ্যে
ঘৃড়ি, জলচরের মধ্যে কুমীর এবং চভুম্পদের মধ্যে চৌকী বাদ দিয়া বাকী
সমস্ত উদরন্থ করিয়া সমগ্র বাদালা দেশটাকে ভগবানের হাসপাতাকে
পরিণত করিতেছি।

অতএব যদি প্রকৃত দেশের উরতি ইচ্ছা থাকে, তবে আপামর সাধারণকে রক্ষচন্ত্র অভাবে কি ক্ষতি হইতেছে, তাহা সর্বাগ্রে বৃঝাইনা দেওরা কর্ত্তর। কেবল "ব্রক্ষচন্ত্র অবলম্বন কর" বলিয়াবক্তৃতা দিলে চলিবে না। ধনী মহাশ্যেরা ধন, বিদ্যানেরা জ্ঞান এবং সাধারণে অধ্যবসার লইন্না প্রস্তেত হউন। প্রথমতঃ ছাত্রগণের সংসাহস্থাবং দৃচ্প্রতিজ্ঞার বিশেষ প্রয়েজন। একদিনেই যে দেশের অভাব দ্র হইবে, সে আশা ছ্রাশা মাত্র। প্রথম উল্লয়ে ব্রক্ষচন্ত্র সমাক্ পালন না করিতে পারিলেও ঘাহাতে ম্বক্ষণ ব্রক্ষচন্ত্রের উপকারিতা স্বদ্ধক্য করিনা ভাহাদের প্রগণের ব্রক্ষচন্ত্র উপকারিতা স্বদ্ধক্য করিনা ভাহাদের প্রগণের ব্রক্ষচন্ত্র উপকারিতা স্বদ্ধক্য করিনা ভাহাদের প্রগণের ক্ষচন্ত্র পালনের পথ প্রশন্ত করিয়া দিতে পারে, অস্তত্ত সেই সংস্কার লাভ করিতে হইবে। ছাত্রগণ ব্রক্ষচন্ত্র পালন করিতে স্বিধা পান, প্রতিক্রোয়, মহকুমার এবং বিশিষ্ট পল্লীতে এমন বিল্লালয় স্থাপিত করিতে

হইবে। দেশের সাধু-মহাত্মারা চেতা করিয়া হ'লশ জন ব্রকের রখচর্যা প্রতিয়াহ সাহায়। করিবেন। অর্থসাহায়া শাইলে হ'চারিজন করবিভ সাধু নি:ভার্থভাবে রখচর্যা-আব্রম খুলিয়া দেশের মহত্রপকার সাধন করিতে শারেন।

ভারতবং হইতে বহুদিন ব্রম্বাহা উরিয়া যাওয়ায় হিন্দুমাজে বহুত্ব
প্রতিক্ল অবস্থা সাড়াইয়াছে। স্তরাং বিশেষ অধারসায়ের সহিত
কাবাক্ষেত্র অগ্রমর হইতে হইবে। সাধু, মহাস্থা, ধনা, জানী, কন্ধী,
ছাত্র, শিক্ষক ও অভিভাবকগণের সমবেত চেরায় যাহাতে আমাণের
স্বান স্বতিগণ সেই ব্র্যাহ্য মহাব্রত অবন্ধন কবিয়া শক্তিসন্দার হইতে
পারে, ইহা প্রত্যেক স্বেশহিতৈয়ার জাবনের মহাব্রত হুবা উচিত।
আদন আদন ব্যক্তিগত ক্রম্ব কুলিয়া এই মহাব্রত অবন্ধন কবিয়ে
ভিন্ন ভিন্ন পরিবারের মোট সম্বী হিন্দুআভির উত্তি অব্যারিত।

भाषता अहे भाषाय प्रचनका रचन जण्डारीत केनारम तही, करन यानक विक्रण विद्यादितन। विक्र अथन ज्ञावडाती-हाजातत प्रची व पादा तिवा भागतको माधार ज्ञावडातीनात्र क्रम वाक्रिम रहेवाहान। माछार परिया भारतात्वत स्वार भागनि प्रवानिक हर। यान भागत नवार, —माशात्वत र भाषाय द्वाविता ज्ञावडश भागन वदारे, तम मछि भाषात्वत नाहे। जार देशादा जिमानम वहास रेख्न, वेशात्विक मानद व माधार जिमानम विदे। अक्रान अहे भूक्षणार्थ अक्षाती द्वस्थात जैम्बाद हरेटम स्वय मुक्त स्वान यादर। हेकि—

শাস্তি আশ্রম শক্তরতীয়া, ফালে বৈলার ১০১৭ বছাক

বিনীত **শ্রহ্**মার চিমানক

ব্ৰহ্মচয্য-সাধন

-0'0'2-

নিয়্য-পালন

वर्द्धभाग जवना

वर्षार्यकामामानाम् चारवाशाः म्नम्बमम् ।

-- काब्दर्शक

ধর্ম, অর্থ, কাম ও মোক—এই চহুর্কর্গ লাভ করিছে হইলে সর্কতোভাবে শরীর আরোগা থাকা অভি প্রয়োজন। শরীর পীড়াগ্রন্থ বা অকর্মণা হইলে কোন কার্য,ই সাধন করা বার না।

আমরা সকলই জানি, সকলই বুঝি: দোষ, গুণ, পরনিলা গ্রেল্ডির বিচার করিতে জানি: কিন্তু এমন কোন
উপার করিতে পারি না, খদারা দীর্ঘজীবন লাভ করতঃ
সমোরের মধ্যে সংক্র্যাধিত হইয়া মানব-সনাজের কোনও
একটা উর্ভি সাধন করিতে পারি। প্রক্রশায় শিক্ষকমহাশয় বহু রাজন্তবর্গের জীবনর্তাদ্ধ, এলিজারেথের লায়
রাজ্যীগণের চরিত্রবল, কোখায় কোন্ সাগর, মাংসমধ্যে

কতটা যানকার দি আছে ইডা দি বহু বিষয়ের সনা,লাচনা ছারা আমানের মানের এডাই ট্ংকর্ম সাধন কবিলাছন যে আছে আমার এলামারিকাকে ভঙ্গল পাছ, নির্পত্ত আগত হাল হাল । বিটা করু বিষয়ের গভার প্রেষণাপুণ সনালে চনা দিকা কবলাছ। আমানিদের অবস্থা এডা ইডালাব পর ইডালি হাল । বিটা আমানিদের অবস্থা এডা ইডালাব পর ইডালি হাল । আমানিদের অবস্থা এডা ইডালাব পর ইডালে হাল । আমানিদের অবস্থা এডা ইডালাব পর ইডালাব । আমানিদের অবস্থা এডা ইডালাব পর ইডালাব । আমানিদের অবস্থা আজালাব । বিজ্বান বিজ্ঞানিক বিশ্ব । বিশ্ব না বিজ্ঞান বিশ্ব । বিশ্ব বিশ্ব

ইচা অ মানের নোধ নাত, একন র শিক্ষার ফল—ক'বল শাগ্ম চই ও শিক্ষা কার্ড, ছি "এন ল'বড়ে" কার্ড। মান বাগ্যক লাজ্য কর্পার কলা কার্ড মানে মান্ত হয়, করা মানের্যুম্ব লাজ্য কর্পার কলালের কালালে, করা মানের্যুম্ব লাজ্য কর্পার কলালের কালালে, করা মানেক, বিষ্পারের রস বাঙলালক, কালালে, ম্বর রস মাহা-নালক, পিডামান্তা মহান্তর এ সকল মান বুবান্ত পারিতাম, তবে কথনই আমানের নিকটা সে ভাত্যালাক, মান্ত্রিক নর্থ অথবা মুগান্ধ সান্ত বিফাইন করা চিনি, মুল সান্তে চিকেনবথ অথবা মুগান্ধ পুস্থান্তি সান্ত বিজাতি হাসের এত আদর কইত না আম্বানিক নি ভাত্যালাক বিজ্ঞান্ত ক্রান্তি যে, একট্ বিয়ানিক নি ভাত্যালা হইয়ান্তি যে, একট্ বিয়ানিক নি ভাত্যালা হাস্ত্রান্তি হাস্ত্য উচ্চ পদ লাভ কাবলেই বাহ্যবসমাজে বহুপরিবারপোষক দিন্দে পিত্র'কে ব সির চাকর মা বলিলে ভৃপ্রিলাভ করিতে পারি না। আমাদের নদর শিক্ষাবলে এতই উচ্চ ইইয়াছে যে, আমাদের ধার্ম ধার্মই নাহে, আমাদের শিক্ষা শিক্ষাই নাহে, আমাদের সামাদের সার বন্ধ জল্মাধা স্থামধাই গান্মীয়া নাহ্ম, আমাদের বন্ধায় উষ্প শ্রমই মতে এবা আমাদের ক্রিত কার্ম ধার্মধাই গানা নাহে কারণ ধার্মক প্রিমান্ধা কোন শিক্ষাই পাই নাই।

বর্তবানে মর্ত লোকের পিতামাতা মনে কবেন যে, পুক্রটী কোন গাঁহকে (প্রহাণত চুবি কার্য়াও) একবার বি-এ, কি এল পাল ক'ব ড পা'বলেই ঠে ছাদের আর চিন্তা খাকিবে না। কিবু ই খমগো ভানিতে ইচ্ছা করিয়াছেন কি—আমার পুলট কভ দিন জাগিত থাকিবে, কিম্ব, "সারং বভুরমন্দিরং ভাবিয়া অযোগের অলুদানে ব্যাণ্ড করিবে 🖰 যদি পুশ্রের উপর অর্থ যােশর কামনাই হইয়া থাকে, ভাহা হুই ল প্রচলিত বৈদেশিক শিকার স্কুল সঞ্জে আমানের ধর্ম কি, কিকাপ শরীর রক। করিছে হয়, কিকাপে রিপু সংযম ও হরিত্র গঠন করিতে হয়, কিসে দেহ বলশালী হয়, কুইনাইনের সঙ্গে ভুলনায় গুলঞ্চ, কেংপাপডার দোষ গুণই বা কি, হিন্দুর দেবদেবী কি, হিন্দুধর্ম সকল ধর্মের শ্রেষ্ঠ কেন, কিরুপে সৰ্তণসম্পন্ন হওয়া যায়, কিসে দেশের উল্লিড হয়, দশের উপকার হয়, ইত্যাদি শিকা দেওয়া পিতার কর্ত্তব্য বলিয়া মান কবি। কাবৰ বালাকলৈ হই ত যদি ভিত্তিক সংক্ৰিক।
মান কবি। কাবৰ বালাকলৈ হই ত যদি ভিত্তিক সংক্ৰিক।
মান কবি। কাবৰ বালাকলৈ হই ত যদি ভিত্তিক সংক্ৰিক।
মান দিও বহু বালাকলী বলুব আ ক চনা কবান হয়, তাহ
হই ল ইক মান্ত যে ভাৰাতি বালাকলা প্ৰবাদেৱ কৰুপক্ষাক
মানকহন ই আমা দেৱ ভাৰত ও ক্ৰান্ত বালাকলা প্ৰবাদেৱ কৰুপক্ষাক
আমান ভাৰতীয় বিল্লাকলসমাহ হুই এক জন ধন্ম ভালাক কিন্তুল
ক,বয় সুকুম বন ও কুমানুহ পেব কে মান ইনায়ে ধন্ম ভিত্তিক
কপানের বাৰকা ক্রিতে অনুবোধ করি।

স্মান্ত্র ধা , শাস্তি ল ল কর্বর ইন্দ্র পাক লা সকলা প্রা দৈ হক উল্লেখ্য করে হাল বিশ্ব লাল করে করে উল্লেখ্য বুলা। করে সেই হালে লাল করা নাল, ভাললা ভালাবর করে কেন্দ্র ইন্দ্রাও লাই,— ইটাই আল আ প্রাথম লিখান। হালক লক্ষার সুক্রাণ দিশে ও সাম্পর্কি আ বুলি সাহার প্রশাল করে এক লক্ষার সুক্রাণ দিশের ধার ভালের সুক্রা পার্শিন্ধ চল্ছ প্রাথম করে এক লালের দিশের ধার ভালের সুক্রা পারশিন্ধ চল্ছ প্রাথম করে এক লালের দিশের ধার ভালের সুক্রা পারশিন্ধ চল্ছ প্রাথম করে আলালের

গুণিনি গুণজে ব্যক্তে নাগুণনীকলা গুণ্ডনি প্ৰিচুত্তাৰ,

মালবে ত বন্ধ কমলা নহি ভেকপ্রেকালেভাল চ।

--- শুলালই একমাত্র শুলালের আদের বুঝা। পাকেন
মেমন পদা যে কি পদার্থ, ত হা ভ্রমকই যথার্থ বুঝা—ভিক
পাদার নিকট কাস কার্য়াও ভাতার গুলাপনা বুঝিছে
পারে না।

হামানের সংগ্রা সুবা হান্ত স্থানিক পঞ্জ করি ইয়াছে,
কামের রুজন লাভ দ্বোন কাপা কবা ভড়ি যদি আমারা
ভারত হান্ত হাল কথনট আনালের এত জনিখা হাইছ
না, আন্বা সকলে হাল কলা প্রা কবা ত পার্ডাম ।
মলাবান লাভ ব্যান মুল স্বা কলা প্রা কবা ত পার্ডাম ।
মলাবান লাভ ব্যান মুল স্বা কলা প্রা কবা ত পার্ডাম ।
মলাবান লাভ ব্যান মুল স্বা কলা হাল ভাল পার্লেই স্মূল্য
সামংকর্ম নাই হাইন্ড পারে; ব্যা—

হবৈথাংসি স্মিডোগ্রিটেশসাৎ কুক্তের্কুন। আনায়ি স্ক্রিশানি ভূমসাৎ কুল্ডে তথা।

— गैडा ३ अ

য়ন হানেই ব্ৰুমান হিছা ৰব সাধক হয়, কাৰ পেই জানি কাৰ পে পাল্পা কৰা কাজ পালে কৰা বিজাপপ্ৰে কাজ কৰুঁৰ বাক আন্তৰ সাধকা ৰাই আৰু, ভাহাতি সদ্ধানৰ অন্তৰ, মতি সাধানৰ লি ব্ৰেন, উচাদেন মধ্যে আৰুৰ অন্তৰ্গ আনা দৰ তেওঁ এও আৰু, ভ্ৰেণা আমাদের মে এত ভ্ৰেণ ঘটিৰ, ভাতাত আৰু বিভালত কাজ বিশাদি কাৰ কৰামণ যামন বলা ড্ৰেন —গুড়াহ্ ভাগ বঙা হাড়, আহুৰ'ৰ বিভাই বলা ক্তান — হ'ছিলন, ব'বি আছি।

প্রত্য করে কর্ত্রাণ থখন কর্ত্রা এই য়ে, আমানের ইবনের ব্যাহ্র ভারাকেই আশ্রা করা। ইশ্র আমানের কর্ম্মত্র অবর্তার হইবার জন্ম প্রেভাকাকই জান প্রদান করিয়াছেন , স্বাহরণ একটু স্থিরভাবে সেই জানাক আশ্রা করির বিবেক্র বন্ধবরী হর্ষা চলি,ত পরিলে, স্ব্রিনা b.

সামাল সামাল ক ব্যা গ টা ম নবজাবনটা,ক পাংনাল ক ব, জ হট,ব না আমা দব দহ রাখা বি বক নিক্ষা সাব থকাপো আবৃত্ত ও নেবু উল্প্লাজ খনাছ হব বলা ধানা-প্রকি বিহাদমন্ত্র ভেষা ও সধা আমুনকণী মন ক নিন্দ্র বিভিন্ন পান করাই দেখেন, অভাব, বি বাকের স্বলাগত হঠনা জানি লাভি করাই দেখেন, অভাব, বি বাকের স্বলাগত হঠনা জানি লাভি

कान क्यादेशात दामान कडू, बनाक अभारणाण केती. कार्राण प्राच असर्थ थे के ल निष्म कथा ना, या न निष्म না হ য়ে ল পাকুত জঃ ,নাপল ক্ল হয় ন , তহাত উলাহৰণাগুল ঈশ্বের সি কুড়, ২০ কচ ,দাব নাই, ব্যাসই একনাই ইচার ডেড় ডেডোডেই বল যায়, মেটো সালাপ্তা হও . সংশ্রশ্র হঠাত হঠাল তারে দুর্কর হ'ই প্রধান, ড'তার প্র मर्म्कर र थ । भागार नहें ३६ वर्ष तथा स्थाप अतः तथा अन् अहरू মাঞ্জান হ প্না হহাত্র টপ ছত হয়। প্রতেক নেহার ুষ্মন আহার বিহার দি নিতা আবিশুক, সেইরপ প্রায় ना अर्थ के इस प्रकार के का निर्मा के मार्थ के इस के हैं। ভেজিনশাল ইইলে অ মানের মানের নামের ত একটা পাধান স্থ অ (ছ, ড'হা ,্য সভতই ,লাপে পাহাব, হাহাতে আর কি সংক্র আছে ৷ যেনন খর র রক্ষা করতে হই ল নি হা নিডা উত্তম ৰাজ ও পরিখ্যের আবশুক, সেইকপ ভানা হই,ড ইচ্ছা করিলে ভগবলিদিও নিয়মগুলিও স্কলে পালনীয়— েকননা মন্তমাত্রসদৃশ হুদিম মনকে ধৈৰ্বিভুত্ত বছৰ

পা চান ভাগত শিন্তুলা ঝ বগাণের অসাধারণ শক্তির কথা বোধ হয় আভকালে ভগদথার সুপায় সক পাই হারগান্ত আছিল। কিন্তু উচ্চাদের এইকপ অসাধারণ শাক্তির সুল কারণ কি, ভাহা স্বাহণ চিন্তু কবিয়োজন কি । ভারেস্টালনে অক্সর্যাই (বীহাধানেনাই) উভাদের শক্তির একমাত্র কারণ।

মনেক শহাকা গত হলল, ভারতবাসীর এই শ কর মৃশে কৃষ্টারাঘাত পড়িয়াত। আছকাল ব্লাচ্যা বলিয়া একটা ক্ষাই ন ই পুক্ষায়ুক্ত,ম এই স্কারাগ-প্রতিষ্ধক, স্কার্থ বিনাশক এবা ভ বাত্তব প্রাচীন উন্নতির ও পুন্ক্থানের একমার বাজনম্ব —এই ভারজীবনে প্রক্ষায়ুক্ত হার ইয়া ভারতবাদিশে আছকাল সকল অধিকার্ত্তে হইয়া করগুলি ভ্রাগোগ থেগের অধিকারী হইথাছে এবা ক্ষাই প্রাচিত চলিয়াতে। পিতামহের যে শক্তি ছিল, পিতার সে

br.

माक नहें, कर दरें। ६ अवात अधानशंतक हेफार्ह ছুটক, বা আনিভাষ্ট হুটক, হিলাব ,দা হুই ইটক বা দ আছাৰ (भार्यहे करेक, अलाठा द कम b' रहे र मक ना सलाहर् द क्षात्रार्थे इसक, १९४२ इसक का कल हा हा इसक, 📦 সামাओ भारत के 'लाव म का उड़े के प्रवर्ग ए. 'कड' के अव्हार 物をあってきる者 まきというよう おくい かくると しゃしゅぎ বালাদিত সভুসা ইই গড়ন ন ব'ব দেশয়া জাটেছেন (वाथ को तहकतकत मा ।

क ककाल कर नन काना कांदर का रह रुष्ट कर्त,र श्रीमा स्वर्भाष्ट्र रहार्थ स्था सम्बद्ध वर्ष कर्ष स्था। कात्र भक्षत्यं भागवत् । काः, इट १ ६, इत् १४ । कांच क्षान २ १ ४क, बार्च न भाग दशका ए दशक व्याप तथा द अहा का कुम्म क ल करी के मन कर्तकर दर्द स का करेब काल की कि का काम के अवस्था के दें अवस में में हैं हेड़ कर दे करकताठ मान से कुछ, कर कर मुख्य में है ন্তাল, দৃষ্টি ক্ষাল, ক্ষা পাৰ শুক্ত জ দেখা ল আ ছ এমন ा कि है। के वर्षा । वर्षा छ । वर्षा के के के के ले खाड़ का र करह । ११ में ११ के व काल, करहा है अकी जुड़म डप कारिकात करिन, रुवल में कु कर रच महे. खाँच म्क लई हास्कर्व विद्या , "य न का हाम, छ'र म्हिटे हाम"-्श .चर- म्हारू के कार्य कार्य का अहे छ , शका धक मण हे छ । त लोगान हे ल्यू महनत कथ एटला व चक्रा छ

লাল লাহবভাল কৈ মনেক কম হইয়া গিয়াছে ইউ জ মিটী देरे ड ६'६क'लक'न ६"२) ग टा सु b मूं, क्य, बा मका, प्र ত • " ল ৰুণা তত্ব" ব"তের হত ৩ ছ ৷ এমন কি জাভিকালকার ল ক মৃতু ক লো মৃতু ব সকলহা ল লক্ষণ প্ৰাক শিত না হই ডেই মরিয়া কার।

আভিকালই এমন ধাৰ, ছুই বিন পুক্ষ পাৰে ্য কি চইৰে, • हा मध्यान कर ह कहरत न को छ। छ कि १ छ।है न का क क, स्थितका अवान के प्रति भग किया भाग का ना किएक त्र मह.कर र स कर काम श्रेट्यों भारकन, छोड़ाव नामान कर्न, इहें कार दें जा हर है के बहुत भी के हकी, कर्ना

क किकाल अर क्य क्ल अर्थ एअ प तत् क्षा अस्ति শক্ষর আন্দেশ্লন উপাত্ত। সমস্ত ভারণক সা ভগ্ন নের कुल्'र स रक्षा ० व दश्य क्'युड रड खालपूर् हे स.ठ(ख खाडी यत दर के भ र. इसम में के वर तथ कर तथ कर आपन-डेंडर रर कड़ेना जिल्ला के अने के निवास के निवास है। (के ক্তি, কল্পেক্টক'ই। এখনও সাম্ভ কর হয় নাই পালাবো-শিক শ্ম'্ স কাৰক ও ট্লুড়পুর সভগণ ভারতের भुनक्ष "भद ६ म का देद शताब्ध दिखा ६ म इन, दूर्णांद मून बहै दरिहा करामाश कल मा हालन, उहे खायना। स की दिकालक क्षिणांगत प्रांत की त्वत क्षा मालात्रे প্রধান সাভার পুলাক ভারতীবান ব্রহ্মচর্যা ব্রত আবলস্থন করিয়া গাইছাবলতা চইল ভালাদের সম্ভানসমুভিগাৰ

নিশ্বেই হাইপুট, বজাই, সংসাহস , দাইপুৰা ক হ আৰ ছাইব ভালা হংলা সম জক ইছাৰ হ'ব নি হিছা, ধাৰ্নীতেই উন্তা, সকলা নাম কা ত কুলাই বসকলা হ'ব ন ইইবাল মেধাৰা, ধাৰ্মী লাই জালা ও কুলাই বসকলা হ'ব ন নিশ্বে কাৰ্বাৰ চাইব এবং বছাৰ বা কাৰ্যুত্ব ভাৰত ছাই বলা সামন হাইব এবং বছাৰ আৰক্ষা আনৰ সমান ধাৰ্মীয়ে জালান হাইব এবং বছাৰ আৰক্ষা আনৰ সমান ধাৰ্মীয়ে জালাল প্ৰাণ্ডিব কালা হ'ব সন্ধাৰ ব্যৱস্থাৰ হাইবিল ভালাক প্ৰাণ্ডিব কালা

ত্থ সলাভতি ভারত দ্বে ব্লাচ্থ ব্ৰণালন্ত সকল ব্যোগপ্তি স্থক, স্কাপুথে ব্যালক বল লাল্যকলে, কিলাকলে, ভালেল একম ব্ৰাজনত গাল্যৰ স্ভালকলে, কিলাকলে, ভালেল, সকলত কৰাকা ভইন আৰু ব সুই মহাস্থিক স্থিনিন্দ্ৰ জ্ঞা প্ৰাণ্ণৰে, ১১ কৰা দ্বা মুইক, কান ভুষ্ণ ফ্ৰোল কিনা। "মানুক্ত মদন সিধা গ্ৰহ্ম দেখা গু

্চাল ভাল হটক, এইট আমাণ্ডর আমুনক ইচ্ছা কারণ পিত পুতর জন্ম যে সম্প দু বাশ্বিয়া যান, ভূরণ্য সর্বব প্রকার সম্প এর মান্ত্র বিয়া এবং সংস্কৃত্যই প্রথম। এই ছুইটির আভাগ হুই ল যাইই পিতৃক সম্প ত থাকুক মা কেন, ভালা বক্ষা হুড্রা ছুছর কিন্তু পিতামাত র বৃহটি আভূবিক ইচ্ছা, ধাকিলেও ভালার। ইচ্ছামুখায়ী কার্য, করিতে প্রেন্ত নাহ্ম।

যান ভাগে ইরাধ্য জালার হালার হালার বিশ্ব হালার বিশ্ব হালার করে করা লালার হালার করে হালার হ



িনিয়ম-পালন

ও অনুমতি ঠিক সেইকপ হত্র। অভগ্র ছার্গণর সহস্তে শালিকিক ন্মানসিক শাক কৃদ্ধি পাষ্ সেই দিকে তেকে দৃষ্টি त'था आहाक कामनांडीहर व किटडे खानान कर्त्या द निवाद लक्ष करिया हिलान एकन १ कुछन गुरूर गामाह क बढ़ा आधारणां इल्लामहम करिन ह विभाग (कर १

নি ছব শাকে নিজে তাৰাইয়া আৰাৰ শাক্র জন্ম বিশ্বেত e विकाफीय त जात किकार के जिल्ला छोडाता इर मानन सात्, माकि पित्न करें गाकि मिलाई के एका ते गाह भारित কেন প ভামেবা সাম্মণখালু, ধাৰণামাণ্ড, পাণিও সংসাতস্ फिक्त अभा - इक कथा है। अभि कु कि अपन कर के बहुन के য়াও সক্ষার ভারের্রাক্রে একটের্য্য এও প্রেরালন না করাছে 1 कर नहें हार करा स कारा ह अथन के नाम में कुत क्या भानतक कि के न' ल' के कु लक्षक करें है है है है व म म म (कि जिल याल मग्र क्वेटर कि ?

জ জ্কালকর প্রাচা কি পা=5° হা বিজ্ঞা ভ্যাতিগা,পুর शका हुने इक्टम बहुदल क न इक्ट कुन हमी लाक एप না বছ ব কৰিছে বা ছুই ইক্লানা মূলগুল প্ৰাৰ্থন কৰিছে সমর্থ ভটাততেন না, থ কুক মূলগ্রন্থ প্রায়ন কলা বা মৌলক কে ভিৰুপ্ত কলা, আৰ্মি ম প্ৰাণীৰ ভব্ধ লৈ বুনি ব শক্তিৰ ম্নাক্রই নাই, এক কথায় ব্লিডে গোলে প্রকৃত জ্ঞান উপাজ্য আছ্কাল জামা দর পাক্ষ এককপ অসভ্য হইয়া कै "फ़ 'डेय 'फ़ अहे कि 'सहे मू निवा वामद व मास्द्राएन व

প্ৰচুৰ্ণ উত্ত কে কেন্তুল হয়, জনা স্বাস্থাকল প্ৰভাৱ লাভ সদুহ জ কাৰ্ল কৰাৰ অলব ভইবা বাহ্য°ভল থকা হিলে দেব জ্বাব্যার বুবই ভল পার প্রার্থিক হার ভিতা দের ताबार प्राप्तर, अक्रमाण १५६ छला **ए व कु**रीय **उ**रेगा পাড়ে ১ ্য, এরপ কিছু ক্র ৬ দুবের কথা, স্বামাক্ত ইট্ডল সিট্ৰ প্ৰক্ষ হল পাশ কৰ ও সামায় জীবিকা উপ্রেন কণা বাত্ত হয়ে দর দ্ব প্থিবীর হার কোন ক, য হ্লা ধ্র তথ্ড ভেল্ল মান্স ই মহ বাদিছে ব বাহা ও বুকু এখনও আমাণ্ডৰ ধ্যমণ্ডে ধ্যমণ্ডে প্ৰধাতিত তইতেছে, কিন্তু ভাত্তৰ ম ব্ৰহ্মধো ব্ৰস্ত প্ৰাত্তপালন না ক্ৰাডে আছ শক্তিটীন তইয়া পাড্যাত। যত ও অমেদের সভান সভাতিগণ সেই প্রজাত্যা-মত বুল আবলস্থা করিয়া মাজিসম্প্র ত্রী তে পারে, তা নাদের স্ববৈশ্রালার সেই ৬টা কর ই জীবানের মহান্তত হওয়া উচিত।

অ'মাদের কথা "গভেক্ত ুশাচনা ন প্রি" কিন্তু যাহাদের এখনও স্বয় আছে, ভালাদের উন্নতক,লু (৫০) করি,ল প্রের্ক অভিভাবকের নিজের সংগ্ ও স্ক্সাধ ব্রের সার্থ উভয়ই র ক্র চইবে অর্থং প্রাক প্রধারও মুখা হই ব এবং ভিন্ন ভিন্ন পরিবারের মোট সমষ্টি হিন্দুজাভিরও উল্লাভ অবধারিত।

"এক্ষত্যা অংলম্বন কর্" – কেবল এই কথা বলি,লই চলিবেনা। পুর্বেই বলিংছি ছ এ, অভিভাবক ও শিক্ষক

সকলেরই সম্বেত চেষ্টার পায়াজন প্রথমতঃ ছাত্রগণের বিশেষ সংসাহস এবং দৃচ প্রাক্তার প্রোভন ভগ্নানের নিকট স্রল প্রার্থনা এবং সংসংস্থা এ বিষ্টে প্রধান সহায় এখনও ভালে এবং মনদ,লাক সক্তেই আছে, বা ছয় লইছে পারিলেই হয় আহার স্থান্ত স্থান দরকার। তৎপরে ছাত্রগণ ব্রহ্মচাধারত পালন কৰিতে সুবিধ। পা্য, এমন বিভালয় স্থাপ্ত করিতে হইবে কেবল সংস্কর্ আহাবের সংখ্য ইত্যাদি তইলেই যথেও চইবে ।। পুৰুষ্টুকুমে জন্মচ্যা হারটেয়া ভারতবাস্থিণ ক্ষ হইটেই শ ৫০ ন হইয়া পভিয়াতে পিতামহ ও পিডার তুপলত, ক্রেম সম্ভাবে আসিয়া ব্রিয়াছে, ভাতংব ভংগার, ক্ম চই, এই য চুক্লেডা ও তদামুষ্টিক কভকগুলি বোগক চির্ম্টের কার্যা लदेश छ, छाटा टाकार (६४ (७७ मूर्र क्र वर्त मा. एकन्। खकार्य। कि, खमात्म हमाय लान्य उठेन। छेलाइ क्रवसादन করিতে হইবে।

बक्क हर्षा कि १

वीदांशावनर अष्ठवात्।

—পাত্ৰণ দৰ্শন

বীর্যারণের নাম প্রক্ষার শর্ রক্ত শুক্রপাত্রে অবিচলিত ও জনিকৃত রাখিবার উপায়কে বৃক্ষ্চর্য্য বলে। উক্রেই শরীররক্ষার মূল নিদান। আমাদের চি কংসাশান্ত্রেও এই কথার বিশেষ উল্লেখ আছে। মধা— दमाइकः उट्डा माःमर माःमात्त्रमः शकाइएक स्मादकः विरुद्धा मन्त्रा मन्त्राद्धाः शकमस्यः । स्मादकः मोमार मिखर विद्धाः वनभूष्टिकदः पृष्ठम् । भवंगोवर वभून द्या क्षीवश्राद्धाः উठ्याः । ध्वत्र स्टरका गाउनार स्कासानाः नदर पृष्ठम् सम्बद्धमनि वानि स्टिक्डिनियद्वसम्

-773:

—রম হই তে বক্ত, রক্ত হউ,ত না স, ম লে হইতে মেদ, মেদ হইতে অলি অলি হইতে মজা, মজা হইতে প্রাক্তর উৎপত্তি হয় উলা, সীমা, খেডবর্গ, বিষয় এবং বল-পুষ্টিকারক, উলা গাইব বাজসকল, মনা, রর সার এবং জীবের জীবনের প্রধান আহায়। রম হইতে জ্ঞা পর্য স্থানাইর ভেজকে ওলঃ বলে। কাম ইলার প্রধান আহায় হইলেও ইলা স্বর্ণারীরবা।পী এবং শরীররকার প্রধান সাধ্য।

ভক্র নত হল ওজা ধাতু বিনই হইয়া থাকে, কারণ ভক্রই ওজানেরল অসম ধাতুর আশ্রাহল ওজালদার্থকে ভজ্র বল্লা প্রয়াত। পালিটো পাওতল্প এই ওজালদার্থকে হিট্নানে মাল্লটি জম্ (Human magnetism) বল্লা নির্দেশ করিয়াছেন, উহাদের মতেও ইহা দেহরকার একমাত্র উপাদান। ইহার অভাব হই ল মালুষের সৌন্ধা দৈহিক বল, ই ক্রেণ্ডার ফুরি, বুদ্ধি, স্মরণশক্তি, ধারণাশক্তি প্রভৃতি সমস্তই নত হইয়া যায় এবং সেই দেহ যক্ষা, প্রেছে,

ষ্ঠিকাইতা প্রভিত কর ক্ষার করিলয়ে ইইমা পড়ে এবং স্বাংশিক র ক ্থা উদিশে ন ও জ ডব কুশায় হুইয়া অগ্রাকা লার মধোই ক'লগ্ৰাস প ১৪ হইয়া পাকে পাশ ভা শ্ৰীর ভত্তৰং পাওতলগণ্ড এ কথা পুনঃ পুনঃ বলিয়া লিয়াছেন छा का का का का का का का Debility of intellect and especially of the memory characterises the mental alteration of the licentious, অভতৰ যে কোন কর্ম করিছে লই,ল দেহরকার প্রয়ে'জন—দেহরকা করিছে হইলে বীৰ্ষ,বন্ধা বা ব্ৰহ্মচৰ্য্য-সাধ্যেনৰ বিশেষ প্ৰায়োজন

পুৰকোৰে ব্ৰাক্ষণপদ আপন আপন পুদ্ৰগণকে নৰম বংসৰে উপন'ত ও ব্লাচ্যাংশ্বাবলম্বী করিয়া গুরু×কাশে অধ্যয়নের ছবা পেরণ করতেন। ব্রহ্মচর্যা সাধনায় সিদ্ধিলাভ করিয়া তবে তাঁহারা গৃহস্থাজনে প্রবেশ ও দারপরিগৃহ করিতেন ষে ব ক্তর বীর্য্য একবার দুচরূপে স্থুরক্ষিত হইয়া গিয়াছে, ভাহার আর ভাবনা কি ? কেবল পুত্রোৎপাদনজন্য যে সামান্ত ব্যর, ভাহাও ইচ্ছাধীন।

কিন্তু সে দিন গিয়াছ। এখন কু শিক্ষায়, কু আচরণে বিভালয়ের বালক পর্যান্ত শুক্রবারী। বালক হইতে প্রৌচ পর্য্যন্ত সকলেই ক্ষণস্থায়ী স্থান্ত জন্ম বৈধ এবং ক্ষরিধ উপায়ে ওক্রেকং করিয়া জীবনের সুখ নষ্ট করিয়া বক্রদন্ধ তরুর প্রায় বিচরণ করিতেছে এবং তাহাদের উৎপাদিত সন্তানগণ আরও ,রাগ্যসূথা ভোগ কবিয় ভাকালে ক লগালে পরিত হইসভুতে ন তপরণ ইডারারর দ্বর্হাং তলোর্মম উদ্বেক্তা ভবেদ্ যায় স দেখো ন ভু মানুব: ॥

ব্রস্কার্চর্য, অধার নীর্যাধ রুগত সর্বাপেক উংকৃষ্ট তপ্তসূ ফিনি এই তপস্থায় সিদ্ধালণৰ কৰিয় উল্লিয়েও হইয়াক্তন, তিনিই সভুয়ান যে পাকুত দেবত বিনি উল্লিখ্য, মুহুট ভাহার ইছোগাল নীরত ভাহার কর'যত ইছে: কবিলে তিনি সমূত সাধন করিতে পারেন স্থাকের উদ্ধিমনে তিন ভাতুলানাক লাভ করিয়া খাকেনে, এই জব্দ ভীয়া, প্ৰভ্রাদ জ্পক্ষয়ী বীর জিলেন এই জন্ত নহ'শে জিশ কা ইলুডিংক সংহার করিবার জন্ম র'মামুজ লক্ষ্ণ,ক চহুদ্দেশ সংসত্ বং প্র বীর্য্যধারণ করিতে হইয়াছিল।

> প্রণং কীর্ত্তনং কেলি: প্রেক্ষণং শুমুন্তারণং সকল্পেট্যাবসায়ত জিয়ানিপড়িবের চন अरुदेवाण्यमहो अर अवनिष्ठ भनी विनः বিপরীভং বস্কর্য্যস্টেয়ং মৃমুক্ডি: ॥

ক"মপ্রেবৃতিদহকারে রভিনিময়ক কথা শ্রবণ, কীত্র, কেলি, দৰ্শন, গুহাভাষণ, সকল, ভাৰষয়ে অধাৰ্সায় এব ক্রিয়ানিস্পত্তি—হৈথুনের এই জন্ত কন্স , ইহার নিপ্রতি কন্ম ক ব্ৰহ্মচৰ্য্য বলে

<u>বন্দণে একাচথ্য সাধনার উপদেশ এই যে, বিপরীত বৃত্তির</u> উত্থাপনক্রমে এই সাধনাতে সিদ্ধিলাভ কারতে হয়।

उपार्था श्रीतृहे बाद वीवालां डः ।

--- चा हक्षण सम्बन

পাঠক। এড়ালত সংস্থা হ'ল চিত চংগা, এই ই ব্লাস্থা কাৰ্যা হাজাস্থা হাজাৰ হ'ল হ'ল হ'ব বিব হাজুৱা, দ, শার কি ছবলত হল্ড ডিয়াড়ে, এই ব'ৰ হড় বুল ট পারিয়াড়েনা।

পুণরে হিন্দুসন হল মনুগা হালনার চাণ্টা লালা দল

১ম — প্রান্থার হয় নার্ছিলা, তার বারপ্রেল এবং দর্মান

সমাসি কিন্তু বর্ষান কিন্তু ব্যান্থা আনাম আনাম আনাম হয় গায় ছি মূল ছলনার কলা ছব

মান্তু প্রান্তু কলা কলা কলা কলা কলা কলা ভালনার কলা কলা কলা

মান্তু লাই পুল্লাখন বলিলে কলা মান প্রেলা

মান্তু লাই কলা পাবের ভাবের কলা মান প্রেলা

মান্তু লাই কলা ব্যান্তু লাই ইন্নান্ত কলি হালা

মান্তু লাই কলা ব্যান্তুলার কলি হালা

মান্তুলাইনিনের বর্ধার্থ সহার্ত্রার কলি হালা

মান্তুলাইনিনের বর্ধার্য সহার্ত্রার কলি হালা

মান্তুলাইনিক বালাকালে ভার্ত্রীর্মে ব্রান্ত্র্য আনাম্যান

করাও কিরপে নিরম সাধ্যম থাকিলে রক্ষান্থী সাধিত হয়, আমার ক্রেমণা ভালা কির্ম করিবটাট শারীকিও নামক তে কিবিধ সাধাম ব্যাচ্য আশাম গঠিত সাধ্যে নামক ভালা সাক্ষ্য নিয়ম সাধামর প্রতি আলোচন। করা হাটক।

ব্ৰহ্মহ্যা-সাধন

व्याजः क्टा

লত্ত ত ন স্থাব ন ক ব্যা দত্ত্বশ্বন দাৱাই দত্ত পরিকার ক'লব ফুলখণ্ড্চুল কে ছটাক, স্পারীচুলি এক ছটাক, লবম কে ছটাক, ফিটকিনিচুল অন্ধি ছটাক, ভাট ও মনিচ্ছুলি অন্ধি ছটাক এবা অপূবি দল বৃতি, এই সমস্ক জব্য একাবে

अल दी क - 'व देवर ड' किया नहेंदर (लाफ़ाइरेरर मा ।

ર્=

হোমবিধি 🕽

ত্যক প পুষ্ণ ও মি ছিত ক বয় জাই লই ইংকুই সকুম্ভান প্রিস্ত হয় ইচ ব'জা'বের দমুন্থন হা পক ক'ল্ভ ৪২ন রক্ষাকারীঃ ইচা দক্ষে অতাকু হিত্তর কে মুখ্য কুল ও তুর্গদ্ধনাশক এওজাতা প্রভাত হয় পরিক্ষর করিবে जिल्हा स वार दिश्व व क्रम अधिक द कर हरू नाद -

স্মাৰ বিবি

डाहेर तम दक प्रकार यह स्था कर हार भर्म है हान कर ६०४ १००० ६०० है। स्टब्स् कर्षिक विद्या । कर्ष गण नद । । । अ च क्र मन ভার্য সক্রমার বা উসম্প । সামত্তক পা হয়ত তাত ব अभ कत् ड हरेन भारत तुक्त लग न मत. क्ष स न करें बर मात्र का का मात्र मात्र हर । car 对布 · 叫(布 (4) 年(4) - (4) · (4) · (4) সাধা রার পালা ভূমাশালা, একার চলাইবা ওচনার জন করে ব ক্লানের সময় পার্মাজ্নী এর সকলের বা স্কুত্র লালাচ্চ केत्र स, भारत वार्ध नय । ४ कर्य भारकृत सुक्रापु भरिष्य के इस्त भट्टिक अर् र निर्मा के अर्थ सक्ष 野人人名 医中医十月 想要 在好子人質 日日日日 西人 安在不。 का ठार क्षाटि अपादिस कर सकति भूति क्षान करा विद्यप्त

একবার মাত্র ভাল জাল কর্মণার সংবাশরীরে বৈলামনিন স্থান ক্রাকিত্র হাল্ডাকে ভাব অবগারন স্থান না র এর ইফা জন আন গোটু পারজার করি,ব। পাবে এক প্রের হথ বন্ধত বহু বহুত এর বক্ষত সকলকীর ভিছা পামছা तत्व क्रांत्रित चक्रत्य व व व व व व व व व १-५, ॰॰, वाँ इस न इ द्वेर न स्वयु हाईक भ ४०३ आहे. ल नेकार करा अकास कर्त्रर ।

হোমবিধি

हर्मान करा हा यह श्री करहे रहत र छ। की (300) ित्रवार अ ६० के र वे । धार पूर ठई व छाण्ड छोतू त'सक्तान इद् । इस् म महिका म इत्रास क्षम इद् र नवल्ब अप्योद् करा कर्न , कड़ क न न मध क्ष कर्मक प कि ल स्थ प्र न युक्तकह दूक इंड इंड 'नयुश्च हमेल कर्न हुई 'नद्धहरू अ प्राप्त अ के के के के तहा । जाका के मध्ये के तहा के कि 'नर न राषा १६ ज ह कानमुकी है। (भिणी सका, ফ ক্রুল পাল্ল ল পাল্ক , অর্থাং টুরু দেবাক পার্কার कविद्या लहेत्व ।

্রামের জন্ত একখানি কামলু পুর অথাং যে পুণ্র অন্যের बाडाबार्ड प्रदासम नाहे, रहम गृह इहे नहे छान इस कि है करा , महे गु.इ वर्षाहक ''ल भर्म के ब्राव

কেন্তি, কেনেকেন্ত । কেন্ত ম 🗦 👣পতা, গ্ৰা গুভ কুমণান্ম্ভিষ্টুত , দুপাধুত , যাত কানীপা চুক্লি ,হাড্ স র্ক) এবং কুলাসন (অথবা অভ্রাণ আসন) আবিশুক।

क्रमा कराज रज जिल्ला एक मान पुरु के कुछ है रह कहा है। 中華的1. 好是 医自由气力 化阿克斯 國面 5.5 安全部 田 京本 F. 7 3月 7× 9 1 2 2 7 . なかいされる 4 2 3 3 1 後年 कतात: क्ष्म म् प्रक कतित्। इवेतल विद्या कतिहर-

उद्देश्टर व लव किन द्राह्म, द स्वम वि स्थितिहर कराव के マクテマア みん'る も かくて 4 5 5 章目 李門を 12 で 3 41 4 ABA of the country to save Butte the मारत है के द त्यू त, इक्ष्णित के विश्वद्र स कीए। क नर पादिकृत रहे. रहन यह सह सद त कि तुनोशा र Salan i.

ं हेक्स किए के अंड कर कड़े अभित कर द वामा कर द का म भूता हर रता ह कुरार केंद्र केंद्र भाषा वर्षे न क

म्प्र ऐपांच्य नम्भाना निक्ते स्थात मार्थित का प्राप्त € • ६२ ६२ इष्ट्रभण्येक क्युं हे तुह्मक रिवलह इक इक्टें करा क काल करात · विवाध देखा कि विभाग शह 李本帝 中心 一片 山西,今日 中 大田下京 李田 中田 明 春 秋年 不是不少 有不少 医耳 非不力 医胃 的复数形式 医肝炎 老女人, 京可 海色 2 . 剪 成 35% 200 米 . 春日、 家 家 200 時 कर का प्रदास स्थान का प्रकाश स्थान में हम साम सहस 事[8/4](

如此中心 中華 中 日一年 古本 日 日 日 日 日 日 日 शुरुते देवन्त भ भारकृत करात शुरुत कर कर रहर्ष क्य १ - र भीग करियन मा , अप्याप्त क छेला देक अपन) र तर त त त , र र ह र कुल म कथा स व र त कर क्रीया मह व्यव इं इन्द्रभ पूका छ इद्र नायहत् कर न ফালক: হাড ডি শলী বুর মান্ধকি কুল হয়, হাড কলাৰ ন ক্ষুপুর বার্ক্তর বন্ধ গান্ত্রমার্ক্তনী, পাতুক। ন্যুবহার कविद्व मा 🔻 📉

योष रहेक्स इ प्रकार का सक्त म प्रकार देवा क्षा स्थान स्यान स्थान स्यान स्थान ভবে কানিবে, হোমপুরে কেন স্পাত্র বস্তু আছে, অথব ,ভামার শোচ সহয়ে কান প্রকার ওক্তর কার ঘটিয়াছে, ত হা হটলে তং প্ৰতিকারে ভংকণাং হরবান্ হইবে।

বিজ্ঞ বৈশিক নি,মে সভা কিক ও ক্লেমানি করিবে এবং विक्रिकार व व कुरावराताद याष्ट्र जीका न दहेरन (प्रवाला आहर (कांच कविरन ।

취임

खाराज विश्

আঠারত জ বেজচ্ব্য সাধ্যের স্বর্ধেধান ক্রলগুন। मधीरत्व क्या क्षा कर मध्य क्या वाता कर कर वात्र ·五百··西德· · 西德 日本石學 电人 化 克二克 春岁 月月星 我的父子的人与 不明知智明者 人物 多化 衛生 香芹、多味、 entropy graph or an analysis of the first of BIBE WARREN SIN BUT NIGHTS BEFORE कौतलाभा पुन्ता प्रकार अस्ति । अस्ति । अस्ति १,५ स 李秋 特別自作业的有户之的 医神髓性 女主 湖 3株 र हता हिल्लाम्य अभिन, पास्त्रकार रक्ट देखा छ। 中本於 下音中間 日 日 日 日 日 日 丁 丁 田 衛 一 四 日 - 10 3 100 1 2 2 1 6 652 1 250 2 20 B 1 परिण हो भास ,साथ अबाक है जाल करा बाद ।

महिता थ । मध्रिक 50% क्रियेत स्वर्ध स्वर्ध स्थार्थ स्थार्थ स्वर्ध धेरक, मा निर्दर्भ विश्व अस्त्र १९५० । इ.स. करियुव 京園 中人 以 安全中子 工 多春 医人 (七百里 如此)至 至,至 প্ৰাৰ পূৰণ ক্ৰাৰ ভাৰতী পালাৰ বাব্দকালায়েই हर्जर पार कलाता ह कालक स किएक है , साझन सवाश्व

করিবে অনাংস্থা ও পুর্ণিমার রাত্র ভোজন করা বিশেষ নত একাদৰী ভিৰিছে আছাহাত লা কৰিয়া এক বেলা मनग्न, इस a साहै। शंतरा कर्तना ।

আহার-বিধি]

द अकल २ इ. चाम्, अवश्रुण, वल, ६, घणकार , दुन, अवर ৺ বিবার্ন বাব, সেই সকল ২৬ট স সুক্ষে মণ — 5%, हु॰, अकेट छालू ९ । ५ कि है, ६० स, ६० छ नावा, बाहुास्क, र्भ र एक, बाँड दक्ष अस भारतन्त्रमाणुं न भी है, रभेटन खुक , पृष्क, जुना ron viar (४९) न भ म , के किहे ্মত্র চুক্তর হৈছে। পাত্র জাপানিয়া প্রেট এলাস্কু াধ নালে নালে, নহু, হালক দৰ, পৌৰ জ, বসুন আছেতি রাফ সভাঃ

अ पुरु गाउठे ए इस करन किंदू श पुरु था 978 ि १४क भारत में ६८२ के तत ला ृक्ता, मृथ किनु तुत का**या** हि पा ना व व व है है ता के पहले हैं के वा मान की व क्टन कर लाई ३ ० हे इट व अध्या अध्या क्या म विक स्टेटर से अके रह जार अक्त, श्रेर के दें के अहार के कहाई। এই জালু মিত্ত ব কঠন। এবং মিউটো বর জন্ম আহে ব নিষ্থী বিশেষ স্মাক পাকা ভাৰেণ্ড ,সই ৯০ই "আক'লেন থাক্ত ভেডন সমাপু কবিৰে " অধাৎ আবও কিছু ধাই'ল हेल रह भारा म (5 हुई म) चामि चाकिरत न, पूर्व दहेशा হ'টেবে, অভএৰ আৰু খাইব লা এইরূপ মনে ক্রিয়াই ভোজনক্রিয়া শেষ করিবে।

,মারাজ মানবংশ হারাত্র ই,কলা বিশ্বত হত্য। রসনার ক্তিক কৃপ্সাধ্য কৰিবার জন্ম হস ধা জাবের সা্দেরত্ত ুলালুপ হয়: ুসই ভর্ই ভল ভ মানুষেব কৰায় কায় किष्ट्रहेण्या श्याना त्य इक्टब्रेड्डग्ड अम्था उतार्थ्य প্ৰাহ্ণাব ,দিখা যায়। যাতা ইটক, ভাষাসক ও ব'ভ সিক খ,গু কখনও আহার করিবে না এবং সাধিক খাছের মাধাও कल हा निकिश्वेम यक काक्ष्मा निका किंद्र নিতামু অভংবগ্রস্থ ন। হই ল সেই নিদিষ্ট সীনা অভিক্র করিবে না

প্রাত্তে প্রাত্তরে পর কিছু ছোলাভিছা, আদার কৃতি ও লবৰ একত্ৰ মিশিত কৰিয়া খাইৰে ধৰা ওই-চাবিখানা বাতাদ ব একট চিনি কিছা মিছি খাইয়া ভলপান কবিৰে, अञ् (क:न প্রকার জল যাইদে ম এই বঞ্চদেশে ন্যায়ধিক এক পোষা ওওালের অর উদরস্থ করিলেই মধ্যাত্য-ভৌদ্ধনের প্রাঞ্জন সম্পন্ন হয়। কেবল মুভ এবং চুদ্ধ দারাই এই এক পোয়া তপুলের অন্ন উদরস্থ করা যাইতে পারে, দ্বভের সহিত একটু চিনি বা মিশ্রি ক্ষেক্থানা বাভাসা মিশ্রিভ করিলেই হইভে পারে শ্রেতাহ কেবল দুত ও তুগা দিয়া অন্ন ভোজন চিরাভ্যাসকণতঃ আহারে অক্চি জন্মিতে পারে; ভজ্জা য়ুত-ছ্প ব্যতীতও অন্যাত্ম খাছের প্রয়োজন হইবে। অভএব অলের সহিত আলু-পটল বা আলু বেগুন কিংবা হেলেঞা

লাক দিল কবিয়া লইয়া হ'চাতে যুত ও ল্বণ মিঞিত ক্রিয়া ভাজন ক্রিভে পার মুগ, মউর, কালাকলাই বা ্ছ,লংর ডংইল রতুই কবিয়াও অলের সহিত ভোজন কবিতে পার। শবংকালে পল্ভার স্তুক্ত ক ড'লনা এক' ক্সমুক্রেল নিম খুকু বা নিম বেগুন ভাজা আচার কবিতে পার। কিন্তু বাঞ্চন তৈল বাবহার করিবে না, সূত্র বাবহার করিবে।

ভণ্ডালর অন্ন, আট, বা স্থাজির রুটি, ঘূত, তথ্ব, ডাইল (মুগ, মটর, ,ছালা, কালীকলাই), তরকারী ও শাক (আসু, প্টল, ুব্ভন প্রভৃতি ও ুহলেকা, প্লতা ও নিমপ্তো) লেবু (কাগলী, পাতি), লবণ, চিনি, বাডাস, ব মিলি —এই সামার মধে ই আহার্যা নিকাচন করিবে নিতান্ত অভাবে না পড়িলে সীমার বাহিরে যাইরে না কিন্তু বাজসিক ও ভাষসিক খাল আহার করিবে না। অ,হার-সম্বন্ধে যভই তাগি করিবে, তঙ্ই মঙ্গল জ,নিবে দেশের ছুট গাবশত: অধুনা ঘুত তুগোৱ অভাব তইয়াছে এক ভক্ত যুত-তৃত্ব তুর্লভ হইরাছে। সুত্রাং এরপত্লে যদি সাংসারিক অব্জা সচ্ছল না হয়, তাহা হইলে মনে করিতে পার যে, আমি গথীব লোক, হুগ্ন যুভ ভোজন আমার অসাধা। কিন্তু একপ মনে করিও না; কেননা রাজ্ঞসিক ও তামসিক সমস্ত ভাজ্য পরিহার করিলে ভোমার যে ধরচা বাঁচিয়া যাইবে, তদারা তুমি অক্লেশেই স্তুত-চ্যু িনিয়ম-পাশন

ুভাজন করিতে পাবিবে সাহিক থাছের মধো সুক্তুগুই সংক্তিক্ত অভএব পুশ্ব-দ্বনীত ভোজন করিতে যতুশাল ধ্রীবে। দুখি, ভক্র ও ছানা আহার করিবে না।

অভ্যাস অভুসারে অভেপ বা সিদ্ধ বঙুলের মন্ন অভার কান্বে, এ সহক্ষে অভ স প্রিত্ত্রের আবশুক্তা নাই অর্থার যদি পোমার সিলা সভুলর হল ভোজানর অভাস খাকে, এবে সিজ গড়বার অগ্রহ , শহর কাং, ব্যাহপ ৬% লব আলু , লাজন ক বাবে ল , কনন গাল, ব লবার वाश्रुष्ठ इहार त मञ्जूषा किया आर्थ ए ए भार एक , साक्स करल कछ्राक्षा व्यक्तिकाराच । मन मना तर हा किन दाया करत हा कल कपुरलत इज्जे दाकल्ड कर । त । हा कर स्था भीत भूगते अभाष्ट्र, तालु काम न कहारा गुण्डे न तह न का नित्य সক্ষান হড়ল যেদি কেডজন (পদ লগতিন জুনিন্দিয়ে) চ হয়, ভাগৰ বিচাদ ব ভাগুৰস হল 🐧 ব হ'ত ব্ৰহাৱ करक मा राभ तर है जुड़म कर्म रक्ष है से सरहात 1 274 日本日本 三日 かっそとうべる こ 15年1 1 1年9 21世 र न कड़े बार्ड नकाम घणा। सन्भाक इड साम् । म रहात् र्वत्र साम् क वित्र वित्र वित्र साम् । इत्र 'হক আচ প কি এই , ৮'জুন সহাপুক বাৰ", এই মত হুলা ব।কাটা স্থাৰণ রাখিকে।

থক দশার দন বগুলের আহার পাদির জুঁ জুভি ব আচার কটি আতার কালা সাহিত্য আহার বজী, একদেশ, অমাবস্থা ও পৃথিমা—এই কয় ভিথিতেই আরের পরিবাই কটি বাবহার করিছে পরে। করিশে শ্রীরের প্রে বিশেষ উপকার হইলে, কিন্তু না করিলেও বিশেষ অপকার হইবে না।

্ল'লততী নলীব পৰিকৃত জল পান কৰাই উচিত তল'ৰ প্ৰেক্ত সংহ'লাৰের পৰিকৃত জল পান কৰিবে।
তলভাৰ সাম থা পৃষ্ঠাৰ জল ইন্তুমকাপে সিদ্ধ কাৰ্য়া
প্ৰত্য এব শতল অবস্থায় সাৰ্ধান্ম টাকিয় লট্যা পান কৰিব এব শতল অবস্থায় সাৰ্ধান্ম টাকিয় লট্যা পান কৰিব অবস্থা বিল্লাহ্য পাস্থিক অবিভিদ্ধ জল কেইবে বিল্লাহ্য কাৰ্যা কৰে ও ব লৱ মধ্যে টাক্য় লাইবে ব বিল্লাহ্য কাৰ্যা কৰে ও ব লৱ মধ্যে টাক্য় লাইবে ব বিল্লাহ্য কৰি কাৰ্যা কৰিব বিল্লাহ্য কৰিব উচা সিদ্ধ কৰে প্ৰেক্ত উচা সিদ্ধ কৰে প্ৰাৰ্থ কৰিব আৰু প্ৰাৰ্থ উচা সিদ্ধ কৰে প্ৰাৰ্থ কৰিবে।

তেও লাগ্র আচনন ক্রার পার স্বাণাধ্যর প্রেরিকন কিন্তু পান স্থানী পরের চুন মুখে দিবে না। ধনে, মৌরী, লবল, ছোড়ও বড় এলাচের দ্বো এবা দক্ষেচিনি, এইও ল একত্র কাব্য কেটা কোড় য় বা শিশ্যত রাখাব, ভোলনা প্র মুখ শাদানর ভাল সেই মশলা কিন্তু বাবহার কার্বে। এল জনাম্মু মুখ্য ধনান কবিলো মুখ্য প্রির ইহবার সন্তাবনা, এই মুখ্যাধন মদলান্ত্রি পরিপাক ক্রেয়ার সহায়ত করিবে 西本

এবা মুখের তুর্ণিয় নত করিবে ত্রিভেকী ব্যবহার সক্রিপ্রেলা देखन र दक्का ।

ভাগরতে তথিং বেলা ৪৫ টার সময় ফুধার উচ্ছেক হুট ল কিছু জলধান্তি আবগুক হয় এই জলখাবা**রের** ছাত্ত কলমূলই যথেষ্ট্, যথা আহিকেল, বেল, গায়, কদলী, পৌপে, কমলপ্লবু, কালভাম, সুপক্ত পেয়াবা, সুফিষ্ট লিচু, ইকু, শাক্তালু এক হয় নতনী ও শর্করা এই নিকিও সীমার মধ্যে নিবলাচন করিবে এতকাতীত বাহানিধ্যাস গ্রহণ কবিৰে না অৰ্থাং ভরগুছ, শশা, ই'চাল, ফুটি, কুল প্রভৃতি না য'ওয় ই ভাল এবা দায়, তক্র, ছানা স,নাম, রসাগোল, লুচি, কচুরি, মিচাই প্রভৃতি ভক্ষণ করিবে না পুনঃ, মুদ্রি চাল কালই জাজা প্রাস্তৃতি শুকরের ভক্ষণ করিবে না মারিকেলশস্ত চিমি মি শ্রত করিয়া ভক্ষণ করিবে এক নাত্র নাদিকেল ভাষাই অপরাছের জল্খাবার পর্যাপ্ত হইতে পারে, তা ভারপক্ষে অফ্রান্ত ফলের উল্লেখ কর, হর্যাছে

রাত্র ৮৯টায় কুষার উদ্রেক হইলে কিছু ভোজন করা আবিশ্রক। ক্ষুধার উদ্রেক না হইলে ভোজন অনাবশুক, একথা বলাই বাস্থল্য। তান্তএৰ ব্যাত্ৰিতে ছুধভাত বা হুধরুটি অলু চিনি মিশাইয়া ভোজন করিবে -অন্থ কিছু ভোজন করিবে না। যদি ছু.গুর মিতান্ত অভাব হয়, তবে মধ্যাহ-ভোজনের নির্দিষ্ট আহার্যা সামগ্রী হইতে নির্বাচন করিবে, কিন্তু রাজিকালীন ভোজন অদ্ধাশন হওয়া আবস্থাক

অর্থাং আহিছে ভোজন সমাপু করিলে – রাতিতে কদাপি যেন পরিত্পিসহকারে ভেজেন করিও না একাদনী, ফামাবস্থা ও পুর্ণিম:—এ তিন তিথিতে রাক্সিতে কিছুমার আছার করিবে না অপরাছের জলখাবার দ্বারা দিবদের ভোজনব্যাপার সমাপ্ত করিবে

খান্তস্ত্রব্যাদি কয়ং আহরণ করিয়া একং পাক করিয়া আহাব কৰ ই প্রশস্ত কিন্তু অধুনা এই নিয়ম সকলের প্রেক স্ধানতে যহা হুদক, দেপাক্ভেভিন সুস্থানা হুইলেও মাশুচি পুরা আতার করি ব না প্রভাচারসম্পন্ন গুরুজানর হ''তে আহার্যা গ্রহণ করিতে পার। **হেটেলে ভোজন করা** উচিত নয়, কেন স্থানে নিমন্ত্রণে গিয়া কিছুমান্ত ভোজন করিবেশা ফলতঃ খাওয়া দূরে থাকু, বহু সমাগমস্থানেও যাওয়া অভুচিত ত্বে সাংস্কৃতিক কাৰ্যোর অনু বাধে যদি তদ্রপ স্থানে যাওয়া হয়, কিছুমাত্র আহার করিবেল মদ, গাঁজা, গাফিম, সিদ্ধি, ভামাক, চুরুট, চা, কাফি প্রভৃতি মাদক জব্য দেবন করিবে মা।

কত্য চিন্তা

ভোজনান্তে কিছুক্ষণ বিশ্রাম করিয়া ওদ্মন্তর সাংসারিক প্রয়োজনীয় কার্যাাদি সম্পন্ন কবিবে।

সাংসারিক কার্য্য সম্পাদনের জন্ম অন্তান্ত ব্যক্তির সংস্রব আবিশুক বটে, কিন্তু সেই সংশ্রব যত কমাইতে পার, ভদ্বিষয়ে চেষ্টা কবিবে এবং নিয়লিখিত বিধানকলি মহবে রাজি, বধা ---

- ুকানক পু ক হ'বৰ অভুকেবণে ,বদনা দিও না
- [३] মিখা কথা বলিও না।
- ্তা য়থ স'হল মাল মললম্বন ক ব্ৰে কিন্তু কথৰ মা কচিলেও সভাজ্য ভাব রক্ষা করিবে।
 - ৪ । পরজবা অপচরণ কারও না।
- 🚺 অয় অবস্থা সদদ ই সমূত প্তিবে। মান্ত अ सु स(त्र क्रिक्ट्रें,—्के) अत्राक्तित केल व काइना करित्त , জগাড়র সক্লাকেট হাখোঁয় মনে কবি ব কাচারও সমৃদ্ধি ব সুপ দে,খালো আৰু কাত ইচাৰ, (পা কাত রও তুখা দেখি লা केलप के डेडान (६) के डोर्कर भुगाक में। के र ह कि स ल ইব প্রেকাশ কংব্র (ঘ) কাঠা কও পাণক ম ক'ল্ড किंग्ल हे भक्त कत्त अर्थ क्रांत न , শুনিয়াও শুলাব ল, ভাবিষ্য় ভিছ ও কারবে ন।।
- ্ড বিষয় কুল কথা আহন বা মহ হৈছি বা সহিছেত অবলম্ম কর্ব, অপকরিব অপ্করে করিছে ১৯ করিবে না /
- ্৭) দেবগণ সভত ্ৰহার ২০০০ বিধান ক্রিডেছেল কেইই ডোনার অপকার কার্ড সম্থ নত, এই বিশ্ল ইছি,য় নিহিত ব খি,ত ্যতে। অপোত্ত ভুলোৱে অপুরাইট বলিয়া ,বাধ হইবে, পাবে ভাছাই তেখেৰে পৰম ইটুদ্ধেত

হইবে, ইহাতে দুড় বিশ্বাস কবিৰে কদাপি দেবগণের আখ্য ত গ কবিয় যেন সম্ভানের বন্তুত হইও ন অর্থাং সাইণুত, পবিতাপ কবিয়া কোপের বশাভূত इदंस ना

ব্ৰহ্মগ্ৰ-সাধন

্চি মুদি ভূমি অংকার চাকর হও, তাবে আছুর কংশা ক হীয় কাইন মান কৰিয়া সক অক্তৰণে ভাতা সুসম্পন্ন কৰি ভ (6) करिता म स्यूमाश्चात् हेक, करत, (भ ,य (काम ध्यत्याय थ'कृष ना का, अने धानस्ट (७३ भ्याम मन कर्त्य ध প্রে এই সসর অ'নতা, এখ' ন ক্লিণ্ট বস্তু কিছুই भ हे , जुरुर किस का डेर मान डाउन्हें और २५ , नश्क य पूर मुद्र अदिहासिक करित्य। नाजार्य मो ल ,यमन लाज्य क्या नुक्तर कल कि तक। क.द धन व्यस् याद्र समुद्रे थ (क. पूर्णास ভাষাপ এই সামার ইল্লানে আপনাকে ভগবানের মাল মান करित रुप्त अनुहै थ किए का का का भागातिक कर्ण काम, ক্রোধ, লাভ, মাত, মাত একা মাংসার্য।—এই ষড় রিপুর সমন করিবে। সকলে কুর ওভালর প্রতি জীক্ষ মানসদৃষ্টি বাহিবে, এই সকল পুৰ বিৰ অধান হহ'লে ইয়াত দেবত বা ভাষাকে পরিত্ত তা কবিবেন এবং সম্ভানতাণ অর্থাং ভূত, প্রেত, পিশাচাদি নিকৃষ্ট দেবা্যানিলগ ভোমাতে বৰীভূত কৰিয়া নবক্ষৰূপ প্ৰদান কবিৰে— • ই কথা নিয়ত শাংগ রাখিবে।

ममानाव

48

इतिहार राष्ट्र करीय है। या गार नह से से कि गा ह শুক্র বাংশান হয় সার অপানহার ব্যাস্থান আন ন কবিলেও চিউওছির হানি হয়। কাশালন श्रु महिला १५% करहें "उद्गास इंड "एटर इंड वर क যতুবান্ ছইবে

कि कि के किस कर के बार में है का उन्हें में बर भार के किए। है করিবে ন । দৃষ্টি স্পল। তাগেলেভ বরিয়া র খিবে হতব भ्रति त्या कर्यान करते सहुत्ते, भडी, पुष्प, १९, का का सार्थ, ठाला, अकार , २००६ व न , २००६ व कि व के व দুৰ্য ক্ষেত্ৰ ৰ ০ ০ জাত্র সাহত ব'ক ল'ল ক'লে'ল স্ময়ত শেহাৰ চাজুৰ দেকি দ্বলি ও কৰ*ৰ* লা

কাহারও সহিত একামনে সমিবে ন। হর্ষ্য সম্পর্ বা সকলেয়ে যথসাধ প'বং 'গ কৰব ্যসন ভুৰভ शुक्ल इट फ 'न्यड ओरड नःयड इस हर रहन सुट २३ कका कि रिक्त पुष्टिक किरिए हे करे, खलन के के के के (সধুমাক ঘু, বঙ্ড) খান"ব ৪৪ ৩ আপা কর পালম গু 🖦 সুও চই, এ,ছে, ইহা সানণ ব খিলা যথ সাধা ,5%: কনি হ ভন্সক পরিত্যাগ করিকে।

নিভান্ত থেয়েজন ব্যতীত অক্ত সময় পৃথ্যধ্যে থাকিবে না নিয়েল বায়ুসঞালিত অন্তুত স্থানহ হিল,সং হহিলাল সময় অভিল'হিত কবিতে চেট কৰিবে অনাৰ্ড উল্লেখন

(ছ ন্ল জ ভ ক ছুট।, বন, উপৰন, মহৰান থকা পাশস্ত নদী র সংবংবর্তার ধরারা রাসন্ন ভগবাদের চিত্রা করিবে।

ব্ৰহ্মচৰ্য্য-সাধন

সদ্যভাৱ |

বাক্স্থম ও শ্রেভিস্থম জভ্যস করিবে। পাপ্ হুও খনগর সের না পাপ তিয় করে,ব না। পাণীর কথা च रूजन रा क्षारादश फिल्म 666 वा कुका, शांत भूभारलाहना हरत का । १९ मुद्राबन तर के के काईल अंडेड ৪৫ জাপ ৪৫০ন <u>, ৫৪ ু৫ ৯ কথা 'ভারো'</u>সা কুর্কোই হ প্রন মন ভিতা কবি'ল, কি কি কলা বলা আবিশুক, প্রকথা শলবে অভিনক বাক বাদ, কণিবে না এবং इ.स. वहाद करा हु . १ ३ , ६३ के रहे मा स्थाद स्थामाधा বক্সমম ক'বেব বাক্সমন চিওভাতি সাধ্নর আরুট देलाइ छ । र अब्रु ३ हे न तथा पुर्श हाने कार्या अवस्थ ভাব ন আন্স মুখ্যা ন সকালাই সবস ও সহাতা রাখিটে क्षंडी कतित्व।

मक 'त प्रकार म' म हिक के गा मधालु कहितन। अपीए দিবাৰসানের সভা ,ভামার সাংসারিক কার্যারও सदम[स इर् ।

সায়ংকুত্য 🕽

मा ४१ क्ला

দিবসীয় কার্য্যের অবসানে কিছুক্ষণ আত্মচিন্তা ও নিত্যানিত্য কিচার করিবে।

"জনাবধি এ পদান্ত এই জনতে আমি বিশ্বর ক্লেশ ভোগ করিয়াছি আমার সমগ্র জীবনই ক্লেশয় হাসাকে হুপ মনে করা যায়, প্রকৃত প্রতাবে ভাষা হুপ নহে, ভাষাও ভূংখের ক্লাণক নিবৃত্তি মাত্র আহার করিয়া আমরা স্থখ লাভ করিছে পারি না, ক্লাবাহি হইতে ক্লিফ নিবৃতিলাভ করি মাত্র। কলতঃ উষধদেবনে হুখ নাই, বাধিংগুণা হুইতে কিছুক্ত নিকৃতিলাভ করি মাত্র। মাত্র মাত্র মাত্র মাত্র হুখই এইরপ অশেষ ক্লেশের ক্লিক নিবৃত্তি মাত্র।

"জন্মাবধি মৃত্যু আমাকে যেন আকর্ষণ করিতেছে মড়িতেই হইবে, এ বিষয়ে সংশয় নাই, তথাপি আমি যোর মায়াবশে এই সংসারকে চিহুন্থির মনে করি এবং কংগনও স্বীয় মৃত্যু চিন্তা করি না, অংচ আমি মৃত্যুভারে সতত ভীত প্রতিদিনই আমার আয়ুগর হইভেছে। নাজানি সেই মৃত্যুসমধ্যে কত যন্ত্রাই পাইব!

"এই ত দিবাবদান হইল , স্থাদেব অন্তল্মন কবিলেন, আমাকে একদিন মরিতে হইবে। আবার স্থা উদয় হইবে, আমাকেও আবার ভরিতে হইবে , কালের ভ অন্তনাই , এই অনুভকাল কি আমি কেবল আশেষ কেশ ভোগ করিয়া এই জগতে জারিব এবং মরিব ? এই অনুভ কেশপ্রবাহের কি নির্ভি হইবে না । এই কেশম্ভির কি উপায় নাই ? এই বিষয়ে কি কেবল আমিই চিন্তা করিছেছি ?—না অনাদি কাল হটতে কত মহান্ত চিন্তা করিয় ছেন। কত মহান্তন এই কেশ-প্রোহ হইতে নিয়ভিল ভের পদাও নিকেশ করিয়াছেন। বিশেষতা এই স্থাতি হারতে কলে মহাত্বা আজীবন কেবল মৃতিপথেরই আহেবণ ক্রিয়াছেন তবে ক্দ্রুছি মৃচ আমি আর কি চিন্ত করিব ? আর কি নৃতন পরা আবিদ্র করিব ? সমুধে ত প্রশন্ত মৃতিপথ দেখিতেছি, স্বভরা আর নৃতন মৃতিপথের প্রচালন কি ? যে পথ দেখিতেছি, সেই পথে গেলেই তো মৃতিলাভ করা যার। কিন্তু আমি মোহবদে দে পথে যাইতে পরিতেছি না

"যে সংসারেক আনতা এবং ক্রেশময় জানিতেছি, অন্তর্ক করিতেছি, বেই সংসারেই অ'যার প্রবল অনজি রহিয়াছে। আমি পাশবদ্ধ প্রবল আয় নিয়ত সংসারচক্রে অয়প করিতেছি এবং নিয়ত ক্রেশভোগ করিতেছি। এই মায়াপাশ ছেলনের উপায় কি ? এই পাশ ছেনন করিতে না পারিলে আমি মৃত্তিপথ অবক্রম করিব কিরপে ? পাশবদ্ধ প্রত স্বেছ্ছেমারে কোগাও য ইতে পরে না , আমিও স্বেছ্ছাম্মারে কোগাও য ইতে পরে না , আমিও স্বেছ্ছাম্মারে কোগাও য ইতে পরিভেছি না আমারও স্বাধীনতা নাই কিরপে আমি স্বাধীনতা পাইব ? কে আমারে পাশম্ক করিবে ? প্রত্ ইছে। করিবেই প্রকেশ পাশম্ক করিতে পরেন। আমারও অব্ধ প্রত্ আমের বন্ধন মোচন করিবেন । অত্তরে আমি জিলে কপতি সন্তর্কর উপাসনা করিব ন তাহার নিকট প্রার্থনা করিব।'

একপ্রকার চিন্তার পরে স্বীয় হোমগৃহে করাট রুদ্ধ করিয়া শুদ্ধাসনে উপবেশন করতঃ দীপালোকে কুলদেবতার বা ইষ্ট দেবতার মূর্ত্তি বা ছবি একাগ্রচিন্তে কিছুক্ষণ নিরীক্ষণ করিবে।*

^{*} তোমার পিতৃ-পিতামহাদিব উদ্ধাতন প্রধাণ বে দেবতার উপাসক ছিলেন, সেই দেবতাকেই সীয় কুলদেবতা বা ইইদেবতা বলিয়া

-dib-

পার চকু সুদ্ধি কশিলে লানসনেত্র অধিকল সেই ছবি দেখি ব যদি চকু মুদ্রিত কবিলে মানসকলে বুজপার দেখিতে লা পাও, তথে পুনসায চফু উল্লেখ্য কৰিয়া কিছুক্ৰ নিৰীকাণ কৰিবে ৷ তাল ধ্ৰ চক্ষ্যু জিত কৰিয়া মানসমৈ এ সেই ছবি দেখিৰে এবং ভাঁচাকেই ক্লিকাকপতি সমস্ক মনে কৰিল, নিয়ুলিখিতরূপে প্রার্থনা করিবে -

'হে অনুষ্ঠাৰ আমাৰ কুল ছাদ্য ভোষাৰ বিবাট সূৰ্বিধাৰণ করিতে অসমর্থ হান্য তেই আমি জোমার এই ্রিকল্লনা করিয় ছি। হে বজন্। হে মদলময় দেব। তুমি এই মুর্তিতে জাবিত্তি তহয় ভ্রিতাপ্রির আ । কে বন্ধনাক কর তে করি ছিলি-প্রথম কারী প্রের্থা জ্বান্। তে সমাস্কল ওক্দের। ভুলি সাম, র মেচিপ শ চেদন কর।"

এই প্রার্থনার পরে চক্ষু মুদ্ভি রাখিয় ই এবং ইচ্ছুটি মানস্থার নির্কেণ কবিতে করি,এই ইয়েজ জপ করিতে আরম্ভ করিবে

একাসৰে বনিয়া অনু,ম এক হাজার আট বার মন্ত জপ ক্রিভে হইবে জপু ক্রিব্রে স্থায় মানসনেট্র ইং,দেবের মূটি নিত্ৰকণ কৰিতে হইবে, অথচ জপসংখাও বাভিত্ত হঠাৰ

ছা নিৰে কিলা যে দেবৰ তেখে এলত ব প্ৰীতকর, নই দেবতাকেই তুমি স্বীয় ইপ্তেৰ বলিয়া গুচণ করিবে প্রকৃতল পেল ভজিভাজন ব্যক্তির নিকট ইঃমন্ত্র গ্রহণ করিবে - ভালভাবে অতা যে কোন ভাল্ডি-ভাজন ব্যক্তির নিকটেও মন্ত গ্রহণ করিতে পার।

জেল এক হাজাৰ হা দুটা ওটিকা বিভিন্ন নালৰ প্ৰায়াজন কিছাক ব, ভুগৰ নালি'ট পাং ক কেছেৰে মতা যে কে'ন রূপ মালা গ্রহণ করিতে পার। জপ করিবার সময় দুখ চাপিয় ৰ খিৰে, *হঠা হৰ* সংখলিত ৰাখিৰে, জিলাণ তিৱ রাখিবে, কেবৰ ডিহৰ মূল ও কমমালাৰ স্ভেপ্যা মহাত্ৰ করিবে হোমের সময়ও এইরপ জপ করিতে হইবে।

দিবাভাগে সাংসারিক কার্য্যের অবসরেও জপ করিবে; কিন্তু সেই সনা জপন খা বাখিবাবে পা হাজন নাই ৷ প্রকাশ্য স্থানে অৰ্থি কাহাৰও সাকেশত ক্ষন্ত ম'ল লপ কৰিবে না। কিন্তু ষধনই যে কাৰ্য্য করিবে, তথনই সেই কার্য্য একান্ত মনোযোগ দেওয়া আবশুক। অতএর ভ্রপ করিলে যদি মামারিক কাজের কভি হয়, তবে জপ্করিরেনা ভারদর প্রৈলে জপ করিবে। কিন্তু রাত্তিতে মধন জপ্ করিবে, তথন সাংসাধিক কাজের চিন্ত, করিবে না একখা বলাই বাহুল্য।

द्राधिकुठा

অপ্টেত্তিৰ সহস্ত জপা সমাপ্তির পর বাত্তিকালের আহার গ্রহণ করিবে আহাবাস্তে কিছুক্ষণ বিশ্রাম করিবে, সেই বিশ্রাদের সময় সর্ব্জভিন্ত, পবিত্যার করিয়া মনকে নিশ্চিন্ত করিবে। মন কিছুক্ষণ নিশ্চিন্ত হইলেই নিজাবেশ উপস্থিত হইবে, তথন পরিষ্কৃত শয়ায় একাকী শয়ন করিবে। যদি শয়নগৃহে স্ত্রীর সহিত বা অভাগে বাজির সহিত শয়ন করা নিতান্ত আবশ্যক হয়, তাহা হইলেও সংস্পর্শরহিত পৃথক্ শয়ায় শয়ন করিবে।

যতদিন স্মপূর্ণ চিন্ত নিরোধ না ইইবে, ততদিন স্থী সহবাস করিবে না, ইহা বলাই বাহুল্য প্রী-সহবাস দূরে থাক, স্ত্রীর মুখ দর্শন করিবে না, স্ত্রীর সহিত কথোপকখন করিবে না, তক্রপ করিলেই শোলিত হইতে বীর্যাবিন্দু পৃথক্ হইয়া পড়িবে এবং প্রস্কাচর্য্যের ব্যাঘাত ঘটিবে শয়ন করিবামার যদি নিজাবেশ ন, হয়, তবে শয়ন করিয়াও জপ করিবে। এই সময় জপের সংখ্যা বাখিবার প্রয়োজন নাই। জপ করিতে করিতেই নিজাবেশ হইবে।

ব্ৰহ্মচয্য-সাধন

--- :#3a---

সাধন-প্রণালী

আহারশ্রম্ভি

পূর্বেই বলা হইয়াছে, এলচ্য্য কি !—শরীরস্থ শুক্রধাত্কে অবিকৃত ও অবিচলিত অবস্থায় ধারণের নাম প্রক্রচর্য্য অর্থাৎ কায়, মন ও বাক্য দারা সর্বভোভাবে মৈথুনেক্সা পরিতাাগ করাকে বন্ধচর্যা বলে। ইচ্ছা মাত্রেই মানসিক বৃদ্ধি; আবাব মনের সহিত শরীরের এবং শরীরের সহিত খাছের বিশেষ সহস্ধ , মন ও শরীর সূত্র রাখিতে হইলে আহার বিষয়ে বিশেষ সাবধান হইতে হয়। যাগা দেহ ও মনের উর্ভিক্র এবং হিডজনক, ভাহাই প্রশস্ত খাতা আহা উদরস্ হইলো দেহে কোনও প্রকার রোগ না হয়, অথচ শরীর বলিষ্ঠ হয়, চিত্তের প্রসরতা সংসাধিত হয়, ধর্মপ্রকৃতির সম্প্রসারণ হয়—শোঁহা, বীহা, দয়া, দাক্ষিণ্য প্রভৃতির বৃদ্ধি হয়, সেইরপ আহার্য্যই প্রশস্ত। কেবলমাত্র ইন্তিয়ন্থীতিকর খাত ভক্ষণ করা আহারের চরম উদ্দেশ্য নহে। ফল কথা

আহাথে বিভাগ নুসাৰে মালুকৰ কাপৰ সংগ্ৰহণ হ'ব চাল ব আহাথা কিম্য়ে বি, ম্যাস বল - ইত্য কাৰ্ডা হ'বল সভাহ শালোক উল্ভি এই—

> আহারদ্রকো সর্প্রজ্ঞা সর্প্রকো করা বৃতিঃ। কৃতিলাতে শর্কাগ্রহানাং বিপ্রয়োজ্য।

> > -- ভাকে'গোলনিয়ং

— চাঙা-শ্দ্রের লাভ সংশ্দ্র ছবং ন - চাঙা-শ্বিধা বিশারিক বিশ্বিধা কিট্যা পাক্ষে।

হত্ব সক্তর্ক বে বিষ্ণু ও হল এই বছ সভিব হ শালা কানি ও ইল্লা স্থানিক সকলে চলা লক্ষ্য ও ভ্রেমা স্থানিক প্রতি প্রত্ন কলাপি ভ্রেম্মা করিবে লা তেই আনক পুলা মত্ত কান্ত্র কলাপি ভ্রেম্মা করিবে লা তেই আনক পুলা মত্ত কান্ত্র কলাক সমামত বিষয়া আলোচন করিবে এই পুলা কাম্যা করিবে এন লগে পুলাক করিব বাকা আমা কর্মানিক করিব করা শ্রুমান করি এই কলা আজীবন উক্ত নিয়ম প্রতিশ্ব করা করাকাত্র আহারের ভারত্যা করিতে পারিবে।

हिउछि

৯ ৯৫ সংঘ্রেই প্রেড অংগ5ল অংডারখুদ্ধ তইলে হল পৰিশুভ কৰিবাৰ সাতালা হথ লাভ, কিন্তু নান্ত্ৰ শুক্তিসম্প্রেট্রনাম হক্ষ । জানের শুক্তি ম তর্গী ক্রমান্ত कु- प्रश्ने कुट के वा का किए अस्तान कुतु । १९ न कि विश्वा रहत का प्रकार करला काल करने केर्रेत - স্থান সংগ্র সার ১৫ সাল সাচিত সংগ্র যথার্থ इस्कारण र कि. इस्कारक रहे कर र ए क नि.मध 文化 作任日日日日日日日 的名字 人名 河口山寺 井門八門日門 সাসন লেকথ বিশ্বস্থ ও বিচুম্ম কবিও ল 化十分四 名中华 电影 化二人 医多种产 电 化 在 至 的 1 日 國際原列 रिय प्टेंडियाच दं £क्राद साधक) रो इट हा ७० मण क क्राम क्रांस अवसाड है। हे स्टब्स्स Deletail है से देह हैं कर खुड हर मंग्रा न कर ल छान कार्ति धोकाम পত্র পরে না মানসংগ হ কুং মুখে আসক ভইয়াই रक्द"ल उरम्ब इडेंड ल ६ ्य १ कि.म सुध्याभक ন হয়, ভ্রাবই প্রম্পতি লাভ্রই ও প্রের এই স্কল্ মত্য তার অংগত ত্তীর আখ্যা ঋষিগণ নিয়ম সাধ্যের কংসাধিতা কৰিয়েছন যাডাৰ চিব্ৰাছিড ও ইন্ধিয় দ্মিত হয় নাই, সে সর্বাহ্তিং ইউলেও ছোব হুর্থ মহায় ভুলস্থিস বলিবাছেন--

ৰাম ক্রোপামন লোভ কী ছব্ তক্মনমে পান हर्द, तक भवित पृत्रदेशी दुलगी धक समान।

— মানবংগুলর চিত্কেরে যে প্রান্ত কাম, ক্রোধ, মদ ও লেণ্ডর খনি বিভয়ান থাকিবে, সে প্রায়ু পণ্ডিত মুর্থ সকলেই स्यान ।

আভাগে বৃক্ষা কুকা করিছে ইইলে স্ক্রিভাভাবে চিত্তসাহয় অভ্যাস করা কর্তনা হৈপুনেছে৷ না থাকিলেও হিংসা ফ্রেমে প্রভৃতি রিপুগণ মনকে উর্ভেজিত করিবে, ভাছাতে তোমার অজ্ঞানসারে শুকুনিলু স্থলিত হইবার সন্থাবনা হুলিবনার নিজানা ইইলে ব্পুলিকার ইইটে পারে। অভ্রে ষ্টেশ্দর একচেয়া পালানের ইচ্ছা আছে, তাহারা দৃত অধ বসাংহর সভিত চিত্তর রজা ও ত্যোগুণারিত বৃত্তির বিরুদ্ধে স্কলে। সাহিক বৃতির অনুষ্ঠানন করিবে। সদসং সকলেই বুরো, अर्दिकः अन्द दृष्टिन निकृष्ट्व असर्वृद्धि अस्तिकालमा कृतिहास।

প্রজ্ঞান্ত বন ও নিয়ম পালন করিলেই চিত্ত উদ্ধ হট্বে। অহি'দা, সতা, অক্টেয়, ব্লাচ্য' ও অপরিপ্রচ— এই পাঁচট কম তে শাঁচ, সংস্থাৰ, তপং, সাধায় ও ঈশ্বরপ্রনিধান — এই পাঁচটি নিয়ম। এই দশতী বৃত্তির সাধনা করিলে নিশ্চয়ই किस एक इट्टेंच ।

যম-সাধন

অহিংসা—মন, বাকা ও দেহ বার স্কৃতির পীড়া উপস্থিত না করার নাম অহিংসা। যথন মনোমধ্যে হিংসার ছায়াপাত মাহ না হইবে, তথনই অহিংস। সাধন হইবে।

> অহিংসাপ্রতিষ্ঠারাং তংসরিগৌ বৈরভাগি:। —পা ভঞ্জল দৰ্শন

যথন হাদ্যে দুচরূপে অভি'দা প্রতিষ্ঠিত চইবে, তথম অপরে ভাহার নিক্ট আপন স্থাপন স্বাভাবিক বৈরিতা পরিতাগ করিবে অর্থাং চিত্ত হিমান্ত হইলে সর্প, বাংল প্রভৃতি হিম্ম জন্তরাও তাহা করিবে না

সভ্য-পরহিতের জন্ম বাকা ও মনের যে যথার্থ ভাষ তাহাকে সতা ধলে সরল চিটে অকপট বাকা, যাহাতে ত্রভিদ্দির শেশবার নাই, ভাহাই সত্তাষণ এ জ্ঞা বাক্সংযম করা একান্ত কর্ত্তবা । বহুবালাপী মাত্রেই মিথাবাদী। স্ত্রাং সত্যসাধনকালে ক্রালাপ পরিতাগ করিবের প্রয়েজনীয় কথা ভি**র** বাজে বাকাব্যয় করিবে না। সত্য সভাবগৃত হইলে সার মনে যখন মিগ্যার উদয় ত্ইবে না, তথন সভাসাধন হইবে

गठा প্রতিষ্ঠায়াং ক্রিয়াক্লাপ্রয়ন্ত্র্য ।

—পাত্রল-দর্শন

অস্থুর সতাপ্রতিঠ হই,ল কোন কাজ নঃ ক্রিয়াই ভাহার ফললাভ হইয়া থাকে৷ অথাৎ সভাপ্ৰতিষ্ঠিত ব্জিব বাকা সিদ্ধ হয় একম'ত সভ্য রক্ষা করিতে পারিলে সভ্যস্তরপ ভগবানুকে লাভ করা যায়

অস্টেয়—পরের জ্ব্য অপহরণ পরিত্যাগ করার নাম অক্তেয়। প্রজ্বা গুর্ণের ই্ক্রামাত যথম মনে উদিত হইবে না, ভখনই অস্তেয় সাধন হইবে

> ক্তেয়প্রতিষ্ঠায়াং সর্করত্বোপস্থানম্। প্রাক্তপ্তল দর্শন

অনুক্র প্রতিষ্ঠিত হইবল তাহার নিকট সমস্ত বলু আপনা-আপুনি আসিয় থাকে। অর্থাৎ ক্ষেয়প্রভিষ্ঠিত ব্যক্তির ক্ষন্ত ধনরভুর অভাব হয় না।

বেক্ষচর্য্য — এ সম্বন্ধে সিশদ আলোচন করিতে হইবে

ভাপরিতাহ---দুহরকার অভিবিক্ত ভোগদাধন প্রিত্যাগ করার নাম অপার্ড্ড ফল কথা, লোভ পরিভাগে করাকে ভাপতি গ্ৰহ বলু যায় যথন 'ইহা চাই' 'উহা চাই' এরূপ মনেই হইবে না, তখনই অপরিগ্রহ সাধন হইবে

অপরি গ্রহ প্রতিষ্ঠাহাং জনকৎন্তাসংবোধ:।

—পাত্রল-দর্শন

অপরিগ্রহ প্রতিষ্ঠিত হইলে পূর্বেজনের কথা স্মৃতিপথে উদিত হইবে।

विश्वध-माचव

ব্ৰহ্মচৰ্যা সাধন

শোচ শবীৰ ও মনের মালিতা দূর করার নাম শৌচ . ভাই যালিয়া মবোন, ফুলেল বা ংমেকা প্রভৃতি বিলাসিভার বাহার নহে। গোম্ব, মৃত্তিকা ও জলাদি ছারা শ্রীরের এবং দয়াদে সদ্পুণ ছারা মনের মালিন্স দূর করিতে হয়

শৌচাৎ স্বাদজ্ঞলা পরৈরসক্ষ

---পাতপ্রল-দর্শন

শুচি থাকায় নিজ দেহকে হ শুচিবোধে তংগ্ৰতি অবজ্ঞা জন্ম এবং প্রমঞ্জ কবিতেও ঘুণ। জন্মায় তাহ: হইলে আর রম্পীর আসন্ধ-স্পৃহা জন্মিবে না।

সভোষ—প্রতিদিন যদুছ্যালাভে মনে সন্তুষ্টিরূপ বুদ্ধি রাখাকেই সন্তোষ বলে তুল কথা, তুরাকাজ্জা পরিভাগি করার নাম সন্থোষ ইত্রিয়ভোগ্য বিষয়গুলির ত কথাই নাই , যশ, মান, সন্ত্রম প্রভৃতিই বা ক'দন স্থায়ী ? এইরূপে বিষয়ের অসারতা ও অস্থায়িত্ব প্রকৃষ্টরূপে বুঝিতে পারিলেই সন্তোষ-সাধন হইবে।

সন্থোবাদগুভ্যস্থলাভঃ।

—পাত্ঞল দৰ্শন

সম্থোষসিদ্ধি চইলে অনুভান স্থলাভ হয় সে সুখ অনিবৰ্ব১নীয় বিষয়নিৰপেক সুখ অৰ্থাৎ ৰাছ্যবস্তুত্ত সহিত সে সুখের কোন সহন্ধ নাই।

SY

ভপকা-- বছবিদ ন মুখা ব কুছ চ কুছেলগদি বংখাপ্রাস করাকে জপস্যা বলে।

কামেজিংখড়ির ছড়িকছাৎ ভপদ: 1

--পাড়গুল-মর্শন

তপশুক্র ক্রিক্রের ও ইন্দ্রির আইনি কর হর্ষা যায়। আর্থ দেহপুদি হল ইছে'ছুসাবে দেহকে ভুল বা পুদা কবিবাৰ ক্ষণ ভ্ৰা বে 'হানুহঙ্দি' হইলে সূক্ষ দৰ্শন, আবং, আপ, ক্দিকুত্ব ও স্প্ৰান ইতাাদি কুক্ বিষয়সকল গ্ৰহণ मिक क्षा ।

অধ্যায়-তণৰ ও স্কুমরাদির তার্থ চিত্তাপ্রেক জপ এবং বেদ ও ভব্তিশাস্থাদি ভব্তিপূর্বক অধ্যয়ন করাকে श्वाधारिय वर्त ।

স্বাধ্যায়াদিইদেবতাস্প্রাগ:।

--পাত্থল দুৰ্মন

স্বাধায় দ্বা ইট্দেৰ্ডার দর্শন লাভ ইইয়, থাকে

ঈশ্রপ্রিন—ভ ক্রস্থকারে ঈশ্বরে চিত্তসমর্পণ করিয়া। ঠাহার উপাসনার নাম ঈশ্বপ্রপ্রণিধান।

मगाधिदी चर शिक्षाना ।

—পাতঞ্জ দৰ্শন

ঈশ্বপ্রণিধান দ্বারা যোগের চরম ফল সমাধিসিদ্ধি লাভ হইয়া থাকে। ইহা দারা যত শীঘ চিতের শুদ্ধতা সাধিত হয়, অন্তপ্রকারে তত শীঘ্র কথনই কা্য্যসিদ্ধি হয় না, কেননা, জীতাৰ ,খন ইতাৰ ভাষৰ ,জাতা আচনানু আপতিক চটছা সমস্ভ মজিনতা বিদ্ধিত কবিয়া দেয়।

ाउँ महत्वड प्रश्चित माधन, थूँ। बार्च डाईशी ४५ड জ্বান ল'ড কৰত হত ল সকল , স্কৰ সকল জ্পীৰ , জ ক দিনাকে । ই মন প িবেল স'শ্ৰ ম্মি কলাত কৰি, ত তই ব। সাধিত, অংথ অভালে এ অধুশাল্ড। নক্ষে অসমস্ত্র क्षिक रिटा पर अस्तु द्व उपतारिक उनुस्तान करिय দ্ভ আপ্রসংগ্রেম তাভ প্রিজ প্রকে এক কেটি অসমবৃত্তির বিক্ষা বুদ্ধা ক বতে হটাৰ ভাত হটাল কুৰ্কঃ অসলবৃদ্ধি কু"ণ হইম। সদ্ৰুশ্সকল বিক 🛎 ৪ ৪ই ব

(कांश्क्रय

মতওলি বিপু সাড়ে, ৩ চার মধ্যে কোণ বিচীয় রিপু, কাম বারা পাইং ই ক্র'নকপে প্রকাশ পার বনন চিত্ত উত্তেজক বিপু (কাম হাতীত) ভার একটিও নাই। ক্রোধে কি কি কুফল উৎপদ্ন হয়, ভাষা স্কলি জ'লাচনা করিকে জ্রোধ মন্তুরোর পরম শ্রু ক্রোধে মন্তুরোর মনুয়ার নাশ করে। "ক্রাধাণিত কাজিক মুখের প্র 🤊 দৃষ্টি ক্রিলে বোধ হয়, কোন পিশাচ দারা সে আক্রান্ত হইয়াছে। ক্রোধের উত্তেজনায় সময় সময় সূত্য প্রান্ত হটিতে দেখা গিয়াছে। এইরূপ ক্রোধের কুফল এবং ক্রোধনমনের মহত্ত্ চিন্তা করিতে থাকিলে কালে স্ফল লাভ করা যাইবে।

ুকুনা,খৰ বিপৰীত বৃত্তি যে, সকলে দ্যাৰুণ্ট মনুশন ক'ংলে কে ধর হু'স হয় ক ন, ল'ল, চরহার এবং প্ৰদেশ্যৰ অ''ল.চনা যত কম হ'ত প' ব'ব, .এ'প তত্ত কমিয়া গাইট্ৰ ক্ষমা, লাভু ও ৮২ ব লও অধক সংধল ক হৰে ভত্ই ,কা,ধর হাস হই,ব। বি,শ্য সাবধানত। অবল্পনপুৰৰক कृत्य अक्ष इबेरा , काथ क्य के ट्रंड , 681 के ट्रंड

পরিকর্ম সাধন

हिन्तुमाञ्च डेल्प्लम मना धण्यन, अल्डव द्वा, द्वा, পুণা ও পাপ ,দ্যিলে ২খ ক্রম মৈত্রা, করুণা, মুদিডা ও **উপেক।** क तर्तः अथ'र भ तत सुध , प्रिया सुध इहेत. ঈষ্করেওনা পরেব স্থা সুখা হই ও মাল সৈ করেল তে মাব উপ। নল দুবা চুত এই ব। তুমি , যমন সকলে তেওয় ছুখ নিবারণের ইন্ডো কব, পারের হুখে দেখালও ঠিক সেইরাপ ক,রও। আপনরৈ পুরো বা উভার্তান ,যমন হও হণ, পরের পুণা বা ও চাতুদানে সেইরণ কট হইও পাপে বিদেষ ক বও লা, মুশা ক বও লা, ভাল-মন্দ কিছুই আন্নোল্ন কারও না স্বাত্রালারে ট্লাসান থাকিও এরপ থাকিলে মনের অমধ্যল নিব'তিও হইবে মনে থাকে, ,কহ আমায় অভাচাব উংপীতন কবিলে, ,কহ আমার কোন জব্য চুর কবিলে, কেই ত্রভিসভিপেণে দত হইয়া আমার গৃহমধ্যে প্রেষণ ক রলে আমার বেমন কট হয়,

ক হ'বেও প্রেম নার হব ওঁদকল ক'ব' অনুসূতি হঠ,লা দে बांकुय रहत्व कर भ इर था, के "अब क्रम्यत ,त्रमा ब्रह्मत करूर भारत रह ह र रहाद कदात राजन शासक भाव छ नग्दान कृत्वय कला रल यह यह १५ महुना द्वीति । भारक তথ্য পাৰর পাৰে কঠ নিয় তুর্বলের পাত অত চাব করিয়া देसरमृद्धि कर किन के रामन छक्त अपने देशमन १ देशम रिकास तर जिल्ला कि प्राप्त किया है किया है किया है किया साहित ্যাসনের নশাসক্ষ কোয়োরের জল প্রাডাবস্থা ভিন দিনের .খন, -- সাসার পা । তুন। পাতি এই ফুর ৩য়া যায় --नद अग पु हे ,६ ए/स्पृष्ट क्रिया कापान इस न दें, "डांब मान कहे किए छ", "ड'व मिट्ड इतल न नटांत्र कहा ड'ल द्या न'दे", — মধন এই আলক্ষণ কবিলে কবিলে বাহিনা বাহে, ত্রার তুলিব ভুল অ'স'ক কুরণ অ,পুর প্রতির বলপ্রকাল कता ,कत १ उल अत ला ७ व्या १५ त करा ,कत १ अत्वासम् मु है ,क्र १ । भाषित भारत्यंत छता अञ्चलात्ना कता ,क्र १

वृज्याच्छा

অ'র এক কথা। সর্বলা সর্ব অবস্থায় যেন মনে থাকে আমাকে মরিতে হইবে। আমাদের মন্তকের উপর যমের ভীমদণ্ড নিহত বিখুণিত হইতেছে কোন্ মূহুতে মরণের তুন্তি ব'ভিঃ' উঠিবে, ডাহার নিশ্চয়তা নাই। কখন কোন্ অজ্ঞাত প্রাদেশ হইতে ক'ল অলক্ষিতে আসিয়া গ্রাস করিবে, কে জানে গ ভাল মন্দ যে কোন কাৰ্য কৰিবাৰ পূৰ্বে

— "আমাকে একদিন মবিতে হইবে" — এই ভাবিয়া ভাষাতে

হস্কেপ কৰিবে মবণেৰ কথা মান থাকিলে ভাৰ মৰভগাৰ

মদন-মুৰণেৰ অভিনয় কৰিছে মন অগসৰ হস্ত্ৰনা

48

্ই প্রিক্নশ্প হল ত সকলক তানি চন, কলে বিষ মর ক্রিতা বা নিশ্চয়ত নাই, কিন্তু মৃত্যু নিশ্চত। হাত বেমন বস্তুর আতুগামী, মৃত্ত তমান সহার সভা প্রিম্বাধ্যকের উল্লি

"আৰু বালশভাৱে বা সূত্যলৈ আদিনাং এবং ।" थांकि रुप्तक, क क रुप्तक वा श्रीमा नरमन भारत रुप्तक रुप्तक अकलात्करे अहं अर्थ्याभी भयन्त्रमा मार्थ हे देर्त। यहना সৈল্পমার্ভ লোকসভাবক বা কর্সমূর্ভ সমুট বহরে বুক্ষত্রস্বাসী ডিগ্রক্ত্'সহল 'ভ্যার' প্র রু সকল,কই এক দিন মুছুয়েশে পতিত হটাত তথ্য মুছু মুদ্দ হয়, মুছুয় ব্যুসের অপেকা করে ন, সশস করু কাইন সম্পাদ্রের অসমপুণতা ভাবে না; ভূতুরে মালামনংগ নই, কলংক ল বিচার নাই। মৃত্যু ক'হাবও ওলু'ব'ধ ইপ্রেধ শুনে ন'। — কাঠারও সুবিধা অসুবিধ ্দার্থ না কাহারও সুধার্থে বোংঝ না – কাহারও ভাল-মন্ধ ভাবে না কাহারও পুছা-অইচনাচাহে না—কাচারও ,ভাষামোদ বা প্রালাভনে ভূলে মা—কহারও রূপ গুণ কুল মান মানে না—কভারও ধন-গৌরবের প্রতি দৃক্পাত করে না কত দেকিওপ্রপাহিত মহাবহী এই লাবাৰ ভারতেও কলতঃ আপন আপন সলবীংহা সদাগৰ সমুদ্ধ কলিও কৰিয়া হিলেন, কিন্তু কহই জীবিত নাই সকলেই কৰা লাভু ব কৰালত হইবাছেন বাস্ত্ৰিক মহাস্ত্ৰ গ্ৰাম কলে কলি নাই হোৱা দাক্ল বিভাষিকাময় মুহাৰ গ্ৰাম কৰা আৰু নাই কলা বকা বলা, বান, কন, সম্পান, নান, কৰিয়া কৰাৰ গ্ৰাম কলা কলি সকলোৰ মুহাৰ নিকট খবৰ হইবে এই মুহু ৰ কণা ভাবিত হ কত বাজি সকলোকে নাই পৰিত হা কতিবাৰ সকলোকে।

 इंडे क्रांट्ल निल उंकि, मलाना मुठ्ठ हिंद्वा करिया कार्या कर्ल कृत्य भाग कृत्य भागेत म, एक्ट्रेस क्रिड আভাতে বৈ কৰি ত চিত্ত ধাৰিত হতাৰ লা-বিষয় বিজব, আহ ও কড়ানর মায়া শতরাক কছন করিয়া আসাক্রিশ্রাল ৰ দিতে পারিবে না। ধেন মনে খাকে, আমাদিধের মঙ कड्छन दह अपमार्थ আभियाणिकान, दहे धरेनथ्या, उठे পর বাড়ী "অমর" "আমার" বলিয়াছিলের , অমানের মত স্থা পুল কর্ণালগাক ্রাত্র শতবাধ্ত অভ্রেয়া ধরিতেন— কিন্তু হায়। ধ্যন উপ্তার কোপ্যে । যে অজান। দেশ ইইটে द्यां त्रया इत्लन मह चकाना (मृत्य हिल्या वियाप्तन, छाहे বলি, পাৰিৰ পদাৰ্থের উপর "আমার" মাকা জোরে বসাইও না। আমাদের শিয়ার করাল মৃত্যু নৃত্যু করিছেছে। কর্ম-স্থারর পরিক্ষাত এই সংসার। এই বিষয় সম্পত্তি পড়িয়া श क्रिय-चन्नि चनस्कान इदे । देश पिष्या चार्छ;

ভব-বিচার ী

আমার মত কড্জন—আমার্ট পিত, পিত্রত, প্রিচ্ছত্ প্রভৃতি এই ষণ্ডার উপরে - ট ভারির ইলার - প্রত্ বাগানের উপরে ছ'দিনের জন্ম দানলী দী'প্র চ'লন চালিয়া, ৰাসনাবিলাপের আলিজন ব্যান বাদিবাৰ চয় করিয় ভিলেন: কিন্তু কালে কালৰ খাত কাপত ভাতত পিয়াছেন, সাঁচার অক্ষয় ভাওতের জিনিষ টিড'বই জ ও''র প্রিয়া আহে। আমি ভগ্র ন্র স্মার ইতার একজন ফুড়ো মার, ইচস সাবে মৃতুরূপ জনাবপর পাই লাই সমস্ত ছুড়িয়, চুলিয়াম(১ ভ হত ব ্যন মান খাক, ধন সপালৰ আহলার, বল বিজামের আহলার, রূপ ্যার ১৫ অহলার, বিভা वृश्चित काइक्ष त, वा कुल भारत काइक्ष त मतल हे पूर्व । इस रन স্কল ভারতার অর্ডাবের ১৯৯বে চ্নীকুড এই ব ্যন মনে পারেক, জ্ঞাজ পাথিব পদাধার ভারত ব উল্লেখ্য ইউয়া अवस्था किता सह अवस्था क लागा क करा रहे कि इ हक पन এমন দিন আভিবে ্যদিন জুলানে স্বকুতে স্থন ক'ব'ল শুগাল কুকুরে প্লক্তিত করিবে, পিশাচ,পাটের কন্দি ভবন ভাত্তৰ লুখাক হ'ব। সে দল লীবেৰ সহাকবি শহং ব ।

এইরপ চিন্তা করিলে ক্রমন: পর্ণধির পদার্থন হসারকা কুদরক্ষম হইবে, তথ্য হাস করে বন্ধন ডিলা হর্মা যার্থর চিত্ত পরিভান্ধ হর্মাল তথ্য ব্রহ্মার্থ্য পর্যান করা সহজ ও মুসাধ্য হইবে, একংগ ব্রহ্মার্থ্য সম্বাদ্ধ মালোচনা করা যাউক সাধ্যার প্রথম প্রায়োজন তর্ম হিচার,

তত্ত-বিচার

বিহাৰ এইকাৰ পা শাহ্ন হয়, শাহ্ৰীৰন যায় হাইৰে,
তথা পাই জাহৰ কৰ্ত্ত ইইনা কথ্নত পাশু হইন না, ভাগিত পা কৈ ই কথ্নই 'ছাৰো পালু হা বু কুপৰি শাগ্ৰাকিব না' ভিনিই বাহ্নিই পালান সমৰ্ভ ইবা গালোক ভিকুই বি লয়াতে

"मै वा त्यावयशेर बाह्यावयविवास्त्राची कृष्टर पातर ।"

মতন্ত্রী প্রমানবল মহা পান করিয়া এই অন্তু জন্ধ ইত্তর হলে বহলে আ একানও জন হলৈ, ভাহ র পুক্ষক ক হলে স্থান্ত ব মোহাক্ষণ টানিয় রাখিয়া ৮ ৩ সকলেই বিপুল ই ওলনার অজনামার ভাষনাম নরক্ষতিন্ত মাপালি এ৮ বিলালাহর সক্ষম হল্ডি বুল্লা নাল্য পথি থ সকলেই ক্ষমস্থানী স্থানর জন্ম শুক্ষম্য কলিনা জীলানর স্থালি নিজ কলা বহলে জন্ম লাম্য নিচরণ করিছে ৩ এইকল নিজ ই বুলর অধান হলাল নরনারীলালের ক্ষমন্ত্রীত্ত ব্রেকণ কলিই হলা মায় বস্তুগতা, ক্যান থাকে না।

এই মাক্ষণ হটাতে উদ্ধার পাহ্বার উপায় কি । অভা স ও সাহাম সকলই হয় তব্জানে ও সাহাম অভাাসে ইহা

ফুলায় দুট ধারণা কৰিছে চইট্য যে, যাহা নত্কের কারণ, বোগের ক'রণ -দে কার্যা কেন করিব গ যাহার ভক্ত কর্বন-পত হটনে বিচলিত ত্তাত্তি, মে স্থী কিং কি দুবিয়া ভামোদের প্রভিন পিপ্সো, কিলের ভর্ন এই পাশ্র বাসনার তালন গু দৈতিক সৌন্ধ্য, গ কিছু সহ কি গ প্ৰমহণ গুৰু সমষ্টি থাবস্ত বিশ্ব ত আর বিভূট র'ত ত'ড়'ব বিকাশ সময়ত ওলং কুড়িনা, যুহা বিশ্ব সময়ত বস্তু ই বিজ্যান, ভ চার জন্ম একটা সামাবল ভাবে আক্ষ্ণ কন গ বিশেষ্টঃ কুপাৰ্যাবন কয় মৃতু ব্ৰু কৃত্য ? এই চতু ৰ'ল ক' ল কি ছিল — ्रामेन(स कि इंडरोर७ - छान त ,क्यों) न ६ क दे न, कि इंडरेन-এইকপ ল দেইবলাল ,পাছের পবিগম কি • ছ ও ড জ জ জ বয়া (स्था छे 600 । में य कोन भाग दका मुड्ड गए ए स्थान करिया, में बुक्त व कावश्र युवाने किस. किस इसम 'क छडेर' ७१ कान व द्योनामक ,,तांशार्मा व इरेगा दह रुक्त , २३८६ भार देशा भन्नाह्या , भारत अध्य क. दशा 'म छ भा.द । ७ छात्र জন্ম আর আসক্তি কেন ?

মুক্ত রম্পীর কল্পাল দেখিয়া বিচার কবিবে—

 রাণ ক্তই স্থাপুত এই কল লাকেই কড মধুন থ এবা মনে কবিলাছ। আছে, সুস্থা, হবি সুমুদ্ধ এই পারণাম মনে পড়িত, তাই। ইইবে আৰু কৰিব বুৰাল্লীয়া আছিলালিত ইউডেড নাঃ"

নহর শরীবের ভথক। সকলে আন্তাননা করিলে
ক মনমান মানক সহ দুও পানহা যায় এই যে নবধার
কিন্ত শরার, উরা বজারুদ, মলমার, এখনাদি দ্বারা প্রস্কাকুত
ইরাক সকলে পাবছার না কবিলে যখন ইয়া অভি
অপ্তিত ও প্রতিবৃদ্ধার্থ, এখন ইরার প্রতি আসাজ্য কেনা।
মহাসুনি দ্বারের বিশিহাক্ষেন—

विश्वामि नवकर त्यावर कतर क नविनिधिकम् । किथ् नकति त्व क्षित्र कथर प्रदेशव शावीत्र ॥ क्ष्मापि कृष्ठभगावर सर्श्वाकि नवकार्यवम् । त्य क्ष्माक भूतका प्रदक्षि नवकर कथन् ।

—वस्कनेक

অক্তর আছে —

ভৰ-বিচার 🏻

অংশ্যপূর্ণে কৃষিকালসংসূলে

অভাবত্পীকাবনিলিক, করে।

কলেবৰে স্তাপুৰীকভাবিকে

কমার স্চা বিবস্তি প্রিকাং ।

—যোগোপনিক

कुलमीन'म बनियास्त-देशमी जुडली क हती, जुडली मामगर नारी।
सन्दि नाफी बनम्डमह, दक्षिका निविका सारी।

এই যে শরীর -দেখিতে কি পাও না —ইহা ব্রণযুক্ত, তুর্গন্ধি চম্মজড়িত, শত শত কমিপূর্ণ, মূত্রিস্টামূলিপ, ভিন্ন ভিন্ন বয়সে ভিন্ন ভিন্ন রূপ ধারণ করিয়াছে, যদিও সকল শ্রেকার ভোগের বাস, কিন্তু সত্ত প্রমন্তি ছারা নিশ্চনই মর্ণের ক'রণ চইয়া রহিয়াছে: ইচ,ই ক্ষায়ৰ ভাব, যদ্ধি, সক্তেকার যৌবন ও ধন গ্রেক্সারে সমূলে কিওঁ হয়। হাতা কভকভালি রক্ত, সংসা, ্রাদ, কল লা, মলা, মূর, স্থান ও লোলা প্রভৃতির স্মষ্টি, ত হ'তে মাহার আস্তি, তাহার কাটি মৎপরে নাজি ভাষতা যে নিষ্ঠান কুনির সাম সুলিত বিষয়ের মধ্যে সম্ভরণ করি ভ ভালবাংস, ভাষাকে প্রভিপিশাচ ভির আর কি বলিব ?

বিন্দুধারণের উপকারিতা

সর্বাদা নিন্দুধারণের উপকারিতা ও শুক্রক্ষয়ের তাপকারিতা हिंसा कतिहरू, यथा---

মর্শং বিজ্পাতেন জীবনং বিজ্ধারণাৎ।—শিধসংহিতা দতাত্তের বলিভেছেন-

> যদি সদং করোভোর বিশ্বস্থা বিনয়তি। व्याचाकरमा विस्तृहात्।सनामर्थाक काम्रटक ।

"যদি প্রীসঙ্গ করে, তবে বিন্দুনাশ হয় হইলেই আত্মকর ও সামর্থানাশ হইয়া থাকে।" যিনি বে পরিমাণে বিন্দুরকা করিবেন, উচ্চার সেই পরিমাণে হৃদয় বিন্দুধারণের উপকারিতা] বৃহ্মচর্য্য-সাধন প্রফুল্ল, মস্তিক সবল, শরীর শক্তিশালী, মন ও সুথায়ী সিংক ও সুন্দর হইবে। তাই শাস্ত্র বলিয়াছেন :--

ऐक्दिका स्टब्स् वह न त्मर्व मजू मास्यः।

"যে বাক্তি বিশ্বচর্য্য প'লন ক্রিয়া উদ্ধ্রেতা ইইয়াছেন, তিনি মানুষ নামে প্রকৃত দেবত, " যিনি উদ্ধারতা, মূতা উ,হার ইচ্ছ,দীন, বীরত উচোর করায়ত্ত ভ্রেন উদ্ধানন অতুল আনক লাভ ইয় প্রমধ্যোগী সদাহিব বলিয়াছেন —

> भिष्क विष्मी महास्टब किर न निशांकि क्छान । যক্ত প্রসাধারহিলা ম্যাপোতাদ্বো ভবেং।

—শিবসং চিতা

43

"যখন নিন্দুধারণ করিবার ক্ষমতা জ্যো, তখন পুথিনাতলো কি না সিদ্ধ হয় ৷ যাহার প্রভাবে আমার (শিশের) ব্রহ্মাঞোপরি এডাঙ্গ মহিমা ইহিয়া,ছ।" অভএব যত্নের সহিত বিন্দুধারণ করিবে সভত বিন্দুধারণ করিখে যে গিগুণের সিদ্ধিলাভ হয়। কেননা বীখা সঞ্জিত হই ল মন্তিকে প্রবল শক্তি সঞ্চরিত হয় এই মহতী শক্তির বলে একাগ্রডাসাধন महस्र हरा .

जन्द्रद्वा अधिक्षेत्राः वीदाना अ

__পাছেপ্তল-দর্শন

"ব্ৰদাচ্যান্তৰিক্ষা হইলে বীৰ্যালাভ হয় " অৰ্থাং ব্ৰদাচ্যা-প্রতিষ্ঠিত ব্যক্তির দেহে একাণ্যদেশের বিমল জ্যোতিঃ প্রকাশ পাইয়া থাকে।

65

जन्महर्गाशेतव पूर्गिक

এক্ডিয়া-অভাবে বে স্ক্রাশ ঘাড়, বার কাব লাভ নান ক্ষ কর্বা। কংগে জিলু হত তপরি মাত পতি গলন ও জাইতক্ষ कासिक रहे के क्यार करिया ठावा हाकरात ५% वर, माना প্রকার উৎকট , বাংগার উৎপতি তর এবা কাম কাম কাম মন্ত্রাক মন্ত্রিটান ক'বং প্রাম ব্লাক্র হয়ন ব্যাপট্ন ত্র প্রথম মে সংগ্রহ তথ্য, প্রস্কাশনর সুক্ষর কান্ত আর কলাষ্ট্র চাহিঃ মালপে করি র প্রের ন <u>ক্রিম ভূর মেই ,রপরে</u>র किल्ला कु उस् अगल लाग तम अ द क कु कि किल्ला इस इस क्षुप्राप्त कथ्या, क्रम्ब कोच ५ दर, रहा क्रबल्हे काम क्षांत्रत प्रस् हर, भारत हर. ५ तर हुन भाषा 寶片 本 4 4 1 7 12、 水型 24 5 公司、 本 4 4 月 1 1 4 年 2 5 পারে না—কুটিস্থা আসিধা মনকে অধিকার করে।

क्रम हिम्द हर्ष क कुन्त , त्रा भ क कर, , ते क स्मार्त हैस स मा इह राहेक . करा विकास के 也 明明日本 李 夏中学 明 4 子子 4 与 100年 李 11月間 李克, 医如此 作为教育者 前祖 多度 1至 人 起 , 年 日 九四日 九 四九日日 द्यांका के व व देशाला , व दाला , रम्मा ६ ३ उगम हेला छ इ इर् द्वा भूनः भूनः क्षान । । कर्नात हेका हरू। काल र प्रके के के के किए वर्ष कर के दें कर कर के दें हैं

বিকৃত হয় ,ব'লী খু ত হয়, সকলে, অকুমনক ও কখন কখন উনুন দলা প্পুত্য। সকলেই বুক ধড়কড় কবে, সকলো কণ্ঠ ন এর ভক্তর। হত, পদ, চকু ও বক্ষবন্ধ জ'লা করে। বেশী মহুনতা ৯ হুতত, কব। চিকিংসাশালে অধিকাশ বোজাৰ নিদান শুকুকায় ব লাখা লি, মত আছে শুকুকায় য মাৰে হ ,বাগের নিদান, শুক্রফণ ইইটে ,য মহুয়া মহুয়াক হাবেয়, মুক্ৰৰ পাথ অধ্সৰ ভং, মুকুড় না মৰ বহিছুত হুইয়া পাড়, বহু সক্রোদিস্মান, চিকংস নিজালের সার ও একাস্ত সভাবরূপ উপদেশ।

ব্সাচ্যাৰ সভিত্ৰ শৰ, বৰ ্যকপ ভূমীত হয়, সতিৰ হুপ ত ত্ৰাপক। অধিক হয়। সকৰৰ স্বপ্ৰেৰিনী ও কাৰ্পি, ऐक्रम ल व, ल इ शानका्थ, ऐक्ता विकास, कार्य, मशा, ज•समण, उक्, क्षांभावता, देव म, क्षेत्र, देशभा, तल, देशभाइ, नेमाधा, जिलि প্রাপ্ত মন্ত্রীটেড সমস্ত প্রকার অবই একেন্স লেপি পায় ম লুখেন মধ্য হ তার ইবার – বল, ব্যা, হা, যু ও জ, স্থা বিন্ত হংবার একমার হেছু শুকুক্ষয়। এই সকল জাতিয়া মারণ্ড শুক্র বিনষ্ট না হয়, মারণ্ডে উহা অনিচলিত ও অণুট পাকে, প্রতিক মনুবার ভাষা স্কলে। করা কর্বা। বিশেষ্টঃ সভান-সম্ভিগ্ণির উপর আভভানকগণের স্কুলা দৃত্য বাখ এক ফু কব্ৰা বালকগণকে কাছছাড়া করা মাতার কর্ত্তরা মতে। লিভত ক্রয়ে সকলো বৃত্তর ভিড,র র মত পারেলে ছদিক উপকার দার্শ ভারারা কিছুই জামে না— ψų.

কিছুই বোঝে না — আপাত সুখের আশায় সর্বাধ নই ক্রিয়া পুজের বয়দ নয় বংদর হহজেই ব্রহ্মার্চ্য দিকা দেওয়া হেন্দ্ৰ কৰ্ত্তব্য। বালিকাগণকেও এই শিক্ষা দিতে ভুলিবেন না।

विरम्य निद्वध

ব্রহ্মচারী ব্যক্তি উপরোক্তর্মপ জত্বনিচার করিবে এবং নিয়লিখিত নিয়ম কয়টি পালন করিবে।

(১) ব্রীলোকের নিকট হইতে সর্বদা দূরে থাকিবে অগ্নির পিণী দ্রীর নিকট স্তস্তরপ পুরুষের অবস্থান মঙ্গল্কর নহে: মহৰ্ষি কপিলদেৰ বলিয়াছেন—

> मकर न क्रीज़ंद क्ष्यमां स् रख বোগশু পারং পর্মারঞ্জু:

মংদেবগু ক্ৰতিলৱাখুলাভো হদন্তি হাং নিব্যুদারম্ভ । যোপয়াতি শনৈম্যা হোষিকেব্ধিনিশ্বিতা। তামীক্ষেতাখনো মৃত্যুং ছবৈঃ ক্পমিবাবৃত্যু ।

—ইনিয়াগ্রত

শ্য কাজি যোগের প্রমপারে ঘাইতে ইচ্ছা করেন, তিনি কখনই রুমণীর সাহচ্ছ্য করিবেন না। সিদ্ধ মহাপুরুষেরা বলিয়া থাকেন, নারী নরকের দারস্কপ। দেবনিন্মিত প্রমদার পিণী মায়া শুঞাবাদি দারা অল্লে অল্লে আমুগত্য করিতে থাকে, কিন্তু জ্ঞানী তৃণাচ্ছন্ন কুপের স্থায় তাহাকে আপনার মৃহ্য ৰলির বিবেচনা কবিধে ."♦ মহাতা, ভুলসালাস জীজাতিকে বাঘিনী বলিখা গিয়াছেন। যথা---

বিশেষ-নিয়ম]

দিনকা মোহিনী বাত্কা বাদিনী প্ৰক পন্ক বহু চুবৈ। क्रियाका गर क्षोदा दश कर घर घर वाचिनी लूटेब।

মতএব নারীকে বাঘিনী জ্ঞানে সূরে থাকা ভোয়:। ন্ত্রীলোকের নিকট আরাসস্থান করিবে না, ভাহাদের সহিত এক এ ধাস করিবে না, গোপনে আলাপ পরিত্যাগ করিবে এবং ভাহাদের অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ নিরীক্ষণ করিবে না।

- (২ নরনারীর প্রেমঘটিত কোন পুস্তক পাঠ করিবে না। থিয়েটার ও বাইথেমটার মৃত্যীত দর্শন শ্রাবণ করিবে মান রমণীপ্রসঙ্গ স্বর্ব ভাভাবে প্রিত্যাগ করিবে, মনেও নারীচিস্তা বা স্মারণ করিবে না ৷
- (৩) ভূশ্চিন্তা মনে স্থান দিও না ই জিয়ের বিষয় চিন্তা করিলে আর পাপের বাকী রহিল কি ? সর্বদা কোন না কোন কায্যে নিযুক্ত থাকিৰে। তালস ও অভিরিক্তাহারী ব্যক্তিগণই ইন্দ্রিয়লালসা হইতে কণ্ট পার ৷ কোন কার্য্য না থাকিলে ধর্মপুস্তক পাঠ করিও। কুচিন্তা উদয়মাত্র মনকে প্রভ্যান্তভ করিবে তথন উচ্চৈঃম্বরে নামজপ কিম্বা ভগবদ্বিষয়ক গান করিলে উপকার হইবে।

ব্রহ্মচারিণীগণও পুরুষপ্রকে এইরপ ভাবিবে —লেখক

(ও বহি মধক নাহহ,ত দিশা হতী, হত ছতি আছু ত গাড়িছাখান কৰি,ৰ সংল কাল্যৰ পুৰৱ তৰ্পদান কৰা कल दांश पुरुषा अस्ति व वल्ल अस्तिभूतंत्र व साद बहुन करिन्द्रा अक को बहुत कत्रा वर्ति एउट प्रत्य प्रत्य मा च.' म १०क्षा -०८० क २४ ६८८ ५ ६८८ थु छ। Der आ १ - नर भी क्षे करें ल ल " ए करें देसे साम おしゃ おうりううとき ラグラテ デオノ・ガス、天 TRAPBANA 1 15 -15 116 128 244 1 6 - 4

ব্ৰহ্মহান্ত্ৰ সংন-প্ৰণালী

१० माध्यक द्वाल भारकत दह हरर विश्व हेन्द्र वस् ■ 「利に まままして まるる」 でんまお 本本 まま までは マンマ ラン。 wante for you are a so in your चानार्य (कथा वर्याः

क अतिहिक करिका है किरवाहरत स्ट्रिक हेमकारी महित्य ।

(3) . 5 3 750 4 1 1 1 7 4 42 4 5 新山南京 5 山下 おしち マルス・ちょうし アルン コルカ ての (5年) かんなかからん はん シャ かしかんしょう

「ト コンカル、かん 23 なくち 25 かしまれば かる 変 其子者 化并 · 工作如如此 益子成 多氮二 如下上面 通知無 五本山 如文本 等 學 " 要 正之 1 一、 季气工 如此, 李之子) কি কুসজ ড আবন —সমত্ই কুস কর মধ্য প্রিলণত, इन्न क रेन्यून हुई इड्ड द्वारी भर छ प्रथा कहेता नहा।

(১ ুকামল ম্যায়ে। ভুলার গদি ইভ্যাদ্ভে ময়ন করিবে লা। তরিন ছহা ও করিন ইপধান উপধারা। সক্তেক ব'দলা সতা সম্পুর প্তাগ ক ব্র

্ত ত অধন নের মাতৃষ্তিভিন্তা প্রজাচর্যাপাল্যের নিলেষ্ **계하[경**주 : 주 44 ' ^ ^ 수 수 수 수 등 중 등 중 , 기 4호 등 ' 중 주 क्षा लास करत १०१ कुणाइ ५ भूगा भाषा स्थाप कर्णा। ভুলস'নস বলত তল, "এই বম টই নহা কুম্" -्यद सं भ कु ६ %, अदानं क बंद अनकत नाहे। द्भाग अक्रमा क कुर के किए अभ्य क त्रा था क स अक्ष हा कार्य करन अन्य करन हार कर्य अक्ष भाकता अह म १ दर्श १८ म कर्य कर्य कि के का काश्रम चिमलों के प्राच के दे प्रस्त दिन्ति'त इंधे की कार्रित মা'র মত মদুর ও পরিত্র সংমত। কিজুই ন'ট ম। শক্ষ ल बहर ह दा'म'त् य बला ०० रम कामस लिया महाव भून ইয়ে, ইউছিল ভাগননাৰ মা বালাৰ ম'ক চু মাচ চালিল हुए, १९ इ कल दे ने दोन स देई अंबर शांध ना शहित ব্ৰ পে ৮০০ দেৱ মাণুড়ৰ সকলে, ভাগৱাক পাৰে, ও চাৰ প্র'ও সর্ক্রা সংস হ' ক, অগ্র কানকুপ কলাক কলাক্ত ত্রবার আশত থা কুল লারীমানেই ভগবানের মাজভাবের বিকাশ, শুভরাং ছালে।কমাত্রেই মাতৃস্তপা; এইরপ স্থান থাছার হয়, স্থালোক দেখালেই হতাব চিত্ত পরিত্ত হ প্রিল্পুত তর্যা পাছে, ভাতার উদ্ধ্য হ'ব ছপাবেই হ'ব শ্বিশ্ব পাইবে কিল্পাং হর্মহ চ'ব্দ্যক ব স্থাবেই

উক্ষেত্তলৈ সমস্ত পৃথিত পান্ত্রামার নাল, পাত্র জ হয় অভিএৰ স্থালকে দেখিবাম,এ ক্য় মাধাক মান

কবিবে, তাতা হটলে কাম কুকুৰ আৰ তামণ বিশ্বানায় প্রছিতে পাবিবে না ক্রেদমনের সাহবিব্র উপায়ে

ভগনানে প্রতি স্থাপনকরা একনার ,সই ,প্রমন্থর পবিত্র

শ্রেমে মঞ্জিতে পাবিলে আৰু কানকলুখিত কুমসত পান চিত্রকে

প্রালুক্ক করিতে পারিবে না।

এ প্যায় যতগুলি নিয়ন নিজিও চইল, মনে ভ'ল চহৰ'ৰ ইছে না পাকিলে ইছার কোননই ক ইকরা হইনে মন পাকিছ হইবার ইছো লইয়া এই 'ন্যুন সুসারে চ'লা, ল কানা ঠাত ফল প ইবে। অভিনয় দৃচ প্রভিক্ত হ'বা নিভের মানসিক ও নৈতিক সভাবকে নিং, মিত কৰিছে , চহী করিবে।

शृहाचुत जन्ममर्था

শ্বিবাহিত বা কুমাৰ ব্ৰহ্ণানী কতিত হয় গৃহস্থ ব জিও সভাবাদী ও জ্ঞাননিষ্ঠ ইইলে এবং কছুকাল বাভাই হয় সময়ে শ্ৰীগমন না কৰিলে ব্ৰহ্ণানিয়েপে গণা ইইভে পাৰেন। যথা— ভাৰ্যাং সক্ৰৰ্ ব্ৰচাৰী কভৌ ভৰতি ৰৈ দিল।

—মহাভারত

বিত্তিত বাজিতও ওজাট্যা পাছিছিত না হর ল স্থান্তন্ত কর্ব্য নতে। দৈছিক গঠন সম্পূর্ব, বাঁথা পক ও শরীর নীরোগ না থাকিলে সন্তানজনন উচিত নতে গুরুত্ব ব্যক্তি পুত্রকামনায়, ব শবজাগে, ভগবানের ক্ষিপ্রেক্ত বজায় বাখবার জন্ম মহতাত র পাছেকে মাসে একজন স্থায় স্থার বাহ্যবার ক্রিবেন।

অংশক মান করিতে প্রেন, সকলে ভিত্তিম্য হইলে সংসাধ চলাব কিলাপা ইহার উভার হিন্দুশাল বলেন, ক্রিং ভিয় হট্যা ওবে বিবাহ করিও—গৃহত হইও। পুরের ব্রহ্মগ্রাম্ম, পরে গাইছ শ্রেম শৈশবের পরেই ব্রহ্মগ্রা। ত্রকাচ, ই র বাব। ই কুরু দ্মিত, চিত শ্মিত এবং হৃদ্যু প্রিক্র হইলে, যিনি পুরুত্ হরতে ইজুক, তিনি আপনার সদৃশী ভার্যন গ্রহণ কবিবেল। হিন্দুলগাস্ত্রের অস্লা উপদেশ—বিষয় बामना क्य कतिया उर्व दिवश्रकांश এतः किर्डक्षिय हरेशा ভবে জীগ্রহণ ছাগ ভাগীর মত জীবন যাপন করিবার জভ আহা ক্ষিলৰ গাইন্তা শ্ৰেমৰ বাবতা করেন নাই। সন্তোনোং-পাদনে যে ভয়ানক দায়িত্ব অভিভেত্তিয় অবস্থায় সেই গুক্তর যাপারে প্রবৃত্ত হওয়া কি সর্বনাশের কারণ নহে ? বে জিডেলিয় নয়, ভাহাতে আর প্রতে প্রভেদ কিং তাই সৃহস্থ আত্র পশুর আয়ে নারীতে আসক; ভাই ভাহাদের 연는 -

অসিন-সাধন

উৎপাদিত সন্তামগণ পাশব প্রকৃতি লইয়া ভর্মতণ করে। দেশে পাপ্রোত বৃদ্ধ করি,ড,ছ। গৃহস্তের পারত লাক্ষ্যা জীবন ধর্মায়—প্রেমময়—আনক্ষয়।

এক্ষণে বৃদ্ধগ্ৰহালয় সহায়সকল ক্তৃক্টী শালীতিক জিন্তার বিষয় বিসূত কাল্যা হাল্যা এ বিষ্যার টুপ্সাহার করিব

্মাগল সংস্থায় সংসন, মুলা ও প্র'ল হাম ভি শনিক্ষ সাধানের বি,শ্য পড় পাণ্ডন দ মন ক সুল তং এ সুমার দিক এক মা ক বে ,দহ, স্থান এক বা নিক্ষ বিপু-উড়েজনার হোর শাফা

व्याप्तम प्राप्त

শার র কম্পিট নাইন, বদলাপাপু নাইন, চিত্র কোন প্রেকার উপ্রেলন জন্ম বা ১৫ চপলে নাইমুন এই কাকার স্থিতভাবে মুখ উপারশন করার নাম মাসন হার কার্মু টোরাশা প্রাক্র আসানের উত্থ আছে। ইরার মধ্য শেশুলির অভ্যাসে রক্ষ্যের রক্ষ্য স্থাক্ষ সর্যাহর হয়, রাজ রই ক্রেকটা নিয়ে লিখিত ভইল।

বাম উক্ত ইপত্র ল'কল চবল এবং ল'কল উক্ত স্পরে বাম চবন শংস্থাপন করিয়া উভয় তথা পুলন্তে নির বাম গলাভার বাম পদাকৃত এবং লকিব হায় ভার লক্ষিণ পদাকৃত্য বারিক করিছে লোলুমুলে ভিতর এ৬ স থবা সংহলে চিত্র সায় পন কবিলা নাসিকালে দৃষ্টি ভাগনপ্রক উপরেশন কাতে ইরার নাম সাল্লাসন পাল সন স্থাই প্রকার, মানা মুক্ত পাল্ডন প্রকাল পোক্ত নিহামে ইপরেশন করাকে বন্ধ শ্রামন বলে আরার করার প্রকাশ নির প্রান্ত নাম্বাসন হলার মানার হলা হলা হলা করাক প্রকাশ নামন প্রান্ত এবং স্থাবালি বিনার হলা।

ই কাই চৰণ প্ৰসাধিত কাৰণ প্ৰক্ৰাৰ মান কাৰে বা লাবে। উৎপত্তি ই কাই বাজ আৰু স্কৃতিৰ নিজৰ পালি আছিব উপাৰে কিবলৈ নিজন নিজন আছিল আছিল কাৰণ কাৰ্যনি কাৰ্যনি কাৰ্যনি নিজন কৰিবলৈ কাৰ্যনিকাৰ নিজন নিজন কৰিবলৈ কাৰ্যনিকাৰ বাজনা ক্ষেত্ৰ কাৰ্যনিকাৰ বাজনা কাৰ্যনিকাৰ বাজনা বাজনা কাৰ্যনিকাৰ বাজনা ব

ইবা ওলাও ওচ্চুট আওকে থের নিমে পরক্ষার ইবা করিয়া লাভ করে ক্রিচা ও বিচরুত করিবে এবং উভয় জায় ভূমিটো কাঝাপন করিয়া ঐ ভাতর করে মুগ অপ্রালিভরণে উরভ করিয় ছাপন-প্রক ভালভবের অবলহন , ভালুম্বল ভিরোগ্র গ্রান্থপন) করিয়া নাসার আগ্র গ্রিটাকন করিবে । ইবা নাম সিংহাসন । a a

রক্ষাণিকে পাকে এই চাবি প্রকার আসানের অনুষ্ঠান নক্ষলভাক ট্রার মাধা যে কোনাও একটা আসন অভাসে কবিছে পালি,লা ক্ষতি নাই সুই হাত দিই দেও হাত পাই কোন আসানের উপর উপরেশন করিয়া আসন অভ্যাস কবিরে ব্লাসানার পাক্ষা কুলাসনহ স্বালিক্ষা উৎকৃত্তি আসানার্দির উচ্চত্র চিতু ও প্রাণামানাদি মহন্তর কাষ্যু মাধন করিবে। আসন অভ্যাসের সমর প্রথমতঃ একট্ আমুনিক ও অভ্যন্তর সাট, কিন্তু আন সে তর্বা গোলা হার দান আন্দের ভারত আমুনিক সমর প্রথমতঃ একট্ আমুনিক ও অভ্যন্তর সাটি, কিন্তু আন সে তর্বা গোলা হার দান আন্দের সামর আন্দের স্থানিক স্বালিক্ষা করিলো ব্যানার্দ্ধিক ও অভ্যন্তর সাটে, কিন্তু আন সে তর্বা গোলা হার দান আন্দের ভারত আম্দির সামর প্রথমতঃ একট্

ভত্তো হত্তে ১নভিবাভ: ,—পৃতিইল দর্শন

আসন কর চহলে, শাত, প্রায়ে প্রভৃতি বুগা পদাপ্থর দার।
আভিছ্ত হহতে হব না আসন সৈতা কইলে বখন এমন
কৈ সহালাজি ভালায়া থাকে বে ভাহ অহা কোন প্রকারে
কলিছে পারে না ব্রহ্মণ্য পালন কবিতে সামন বিশেষ
প্রোক্ষীয়ে।

श्चापाद्वाघ माधन

উর্মরূপে আসন গুড়াসে হইলে প্রাণায়াম করিছে। ইয়। শ্বাস প্রশাসের স্বাভাবিক গতি ভঙ্গ করিয়া কৌশলে। বিধৃত কৰাৰ লাম প্ৰাণায়।ম , পোণায়াম ৰলিলে সাধারণতঃ
বৈচক, পৃথক ও কুতৃক— এই বিধিধ ক্রিবাই ব্ঝিতে হইবে।
বহিঃতৃৰ দ্যাক্ষণ কবিত, লাভ তুৰ লাশ পূৰণ কৰাকে পূৰক,
কলপুণ কুল্তৰ হা য লাভ হাবে বাৰু ধাৰণ কৰাকে কুলুক এক
ধুত বালুকে বাহিরে নিঃসরণ করাকে স্কেক বলো।

উত্তর কিয়া পূর্বানুখে কুশাসনোপরি আাদন আপন অভান্ত আদনে উপবেশনপূর্ণত ১৯৬৫ ও ৬ ৬ ৭ মতুক ্ষ জাভাবে বা শিলা প্রবাধী বে দৃষ্টি হির করিতে হল প্রথমে হতের দক্ষিণ সপুর হার দক্ষিণ ন সপুট ধারণ করতে ব ুরোধ করিছ প্রণব ওঁ বা আপনার ইউমন্ত বোড়লব'র ভপ করিছে করিছে বাম নাম,পুটে বাসু পূরণ করিবে ১ ভংপর কনিষ্ঠা प অনু নিক অঙুলি ছার। বংল নাল পুচ ধার্ণপূর্দক ব মুরোধ করত। তুঁব। মূলমনু (চু'বটুৰি র জ্প কৰিছে করিতে কৃত্তক কৈবিবে , ভংপারে দক্ষিণ নামাপুট চইতে অধুষ্ঠ তুলিয়া ব্রিশবার ও বা মুলমন্ত্র জপ করিতে করিতে দক্ষিণ নাগপেট দিয়া বাদুরেচন করিবে এই ভাবে পুনরায় বিপর্ণত ক্রমে অর্থাং স্থ সভাবেগর পর ঐ দক্ষিণ নাসিকা ছারাই ভঁৰ ফুলমসু অপ করিতে করিতে পুরক, উভর নাগ পুট ধরিয়া কুস্তক এবং বাম ন দায় বেচক করিবে অভংপর পুনরার অধিকল প্রথম বারের স্থার নস. ধরব, ক্রম লুসারে পূরক, কুন্তক ও রেচক করিবে। প্রথম অভাসক'লে ১৬৬৪ ২ং সংখ্যার প্র পাহাম করিছে কট হইলে, ৮৩২ ১৬ অবর, ৪ ১৬৮ বরে জপ করিতে করিতে প্রবাহ্য করিবে। वाम हत्ख्व कद्रद्रश्रम् छ १ व मध्या वाधित्व ।

যাহাদের মন্ত্রপের জবিধা নাই (ম্সলমান পৃষ্টান প্রভৃতি), ত হারা কে, দুই এইরপ সংখ্যার দারাই প্রাণায়াম করিবে , নতুবা ফল পাইবে 92

না। কেন্না ভালে ভালে খাস প্রাসের কাথা স্প্রক্রিতে হয়। আর সাবধান! যেন সংবেগে বেছক বা পূরক ন, হয় বেছকের সময় বিশেষ স্কুঠ ও সাবধান হওয়া কওঁবা। এরপ অলবেলে শ্বাস ভাগ করিছে হইবে যে হন্তবিত শক্তু ছাতু, বালি , হেন নিশ্বাসের বেগে উভিয়া না হায় এবং খু'স প্রবাধ অবিচ্ছির তৈলগ'রার আয় প্রবাহিত হয়। বাব্ৰ ব্যক্তিক্ৰম হুইলে নানা প্ৰকার বোগ হুইবার সম্ভাবনা

প্রত্যেকালে, মধ্যাকে, সন্ধ্যায় এবং মধ্যরাত্রিতে প্রাণায়ান অভাস করিতে হয় মবলা ও আবজ্লাদিপূর্ণ স্থানে, দ্বিত বাষ্তে, বৃক্তলে, কেনোসিন তৈলের আলোযুক্ত গৃ হ, মলমূরের ্বগ ধারণ করিবা, কুগার্ভ অবস্থায় ও ভুক্ত দ্বন জীর্ণ না হইলে প্রাণায়াম করা কর্তুরা নতে । প্রাণায়ামের আয় ব্রহ্মার্যা রক্ষা করিবার স্তুন্দর উপায় আর নাই, যখনই কোন কুচিন্তা মনে উদয় হয় বা কুদ্শ্যে মন ধাবিত হয়, তথনই পূৰ্বেটিক যে কোন আসনে বলিয়া প্রাণায়াম করিলে প্রত ক ফল পাইবে। প্রাণায়াম করিলে প্রথমেই অংক্ত শালিকাভ করিবে ভারপরে ক্রমনঃ আরও জভাাসে সুখের জ্যোতিঃ কৃটিয়া উঠিবে শুষ্ট দাগ, চিম্থার বেখা দূর হইবে, গলার দ্র স্থাতি হইবে, যৌৰ,নর নৰ ন কিবণ দেখ, দিৰে, সুখের চিরবসন্ত আসিয়া হৃদহ অধিকার করিবে 🕸

सूखा-माधन

ব্দানারীর পক্ষে মুভাদাধন অভিশয় হিতকর। বায়ু প্রভৃতিকে শ্বারের সংক্ষায়ন বিকোচন দ্বারা ইচ্ছামত পরিচালনা করাকে মূদ্র। বলে

বাম প য়ের লোড়ালী হ রা গোনিদেশ , ওঞ্দেশের উপর) দৃড়ভাবে চাপিয়া দক্ষিণ পদ ঠিক দোলা ও সরল ভাবে ছড়াইয়া বদিবে, ভংপতে ঐ দক্ষিবপদ চুই হন্ত দারা চাপিত ধরিবে এবং কটে চিবুক (থুতি) স্থাপিত করিয়া কৃত্তক দারা বায়ু রোগ করিবে। পরে श्राणाय स्मन अन कीकरण भीरत भीरत थे वाष्ट्र तकन करिरन। **धरे** ক্রিয়ার নাম **মহামুদ্রা**।

পোপনীয় গৃহমণ্যে বিভল্ডিপ্রমণ দীর্ঘ, চারি অকুলি বিস্তুত, কোমৰ, বেভবর্ণ, কুল্কবন্ত্র হ'র নাভিদেশ বেটন করিয়া কোমরের ক্তে (ভার) দারা আবদ্ধ করিয়া রাখিবে পরে ভদ্ম হারা গাত্র লেপন করতঃ সিদ্ধাননে উপবিষ্ট হইয়া উভয় ন স্থাপুট ব ব প্রাণব্যয়কে অ কর্ধণ করিয়া হলপুক্তক অপান ব মুতে যুক্ত করিবে এবং যে পথান্ত জুড়াবিবরে বায়ু গম্ন কবিয়া প্রকাশিত না হয় সে প্রয়ন্ত অধিনীমূদা বারা অভ্নেশকে আকৃষ্ণিত ও প্রমারিত করিতে হইবে. এই ক্রিয়ার অভাাসে কুল-কুওলিনীশক্তি উচে বিভা হয় বলিয়া, ইহার নাম শক্তিগলেনী মুক্তা

প্রথমে প্রক্ষেত্র দ্রা দীর মূলাবারপায়ে বায়ুর সহিত মনকে স্থাপিত করিবে গুজ্বার ও উপত্তের পরবর্তী স্থানকে যোনিমঙল বলে। এই যোনিতান আকৃষ্ণিত করিয়া কুন্তক করিবে যথ সাধা কুন্তক করিয়া ধীরে ধীরে বায়ু রেচন করিবে। প্রাণায়াম মার বোগেই ইহা করিতে হয়। এই মুদ্রাকে থোলিমুদ্র। বলে।

নাড়ীশোদন করিয় পাণা য়য় করা করবা কেবল বেচক ও প্রক শারা প্রথমে ন,ড়ীশোলন করিয় প্রাণার্য আড,াম করিতে হয় "যোগী-ত্তক" পুত্তকে ন ভালে।ধনের প্রক্রিয়া স্থাক্রপে লিখিত হইয়াছে।

म स्टिएई मृद्ध स्थाप स्थाप स्थापित द्वान करात्र प्रशीध मास्य साम महित द्विष्ठा हा प्रकार स्थाप स्थाप । यह कि यस एमद साम देखने निरुक्त सुक्षा । स्था श्रीकार स्थाप स्याप स्थाप स्याप स्थाप स्थाप

অপন আগন অন্যু অন্তাই উপ্তেশন করিছে বিবাহ করিছে প্রিক অপনার ,তে অকশি করি, পাণবা,ত সংগ্রাহ ইকা করিছে কুমার করিছে। বলে

শিষ্ট সংক্রি ইন্দির হয় এই ইংশের আবৃত্যার হার কার্যা, ক্রিনা হার হারা চাক্ষণ মন ১ বছা হার মুখনিকর বার কার্যা। পরে ঠিটি হার কার্যার আনহর্যার করা কার্যার আনহরণ প্রক্রিক কার্যার আনহর্যার করি হার হার বার্যার করি বার হারা কর্যার নিমন্ন করি ও এই ন্ল সাধন কর হার্ ইর ব হারা কার্যার

উন্তর সংখ্যাত হ ত্রত তাপিক সংগ্রত প্রক্ত গোলাগণ ও অপান ধার্যক ন ভিত নে গাংগ কবিং কুলক কার্ব এবং ইনরপারে ই হার্যবা শার অল্লে অন্ত হাপ নিত্ত ও করে। এই ক্রাংকে মহান্মের মুদ্রা বলে

প্রিম রে তথ সন্ম ইলাবই তইছ ধ কু কিলা প্রাছনি ছিল্ল ক'ন স্থা প্রবার দলর ককার ল ল নিন্মির ন নে চ তিছা থাকিবে প্রিরণ চাতিয়া থাকিবার সহং লর শানাকে এইছল বালকান চক্ষ্যিট মালান প্রে, মতকান চ তিয়া থাকিবে কিলা মতেও জীবা, পূছ ও উল্র শামান বের বিয়ে স্থাত শ্রারকে সে জ ক'র্যা বলিবে প্রে নিমেবের্যেষ বর্জন করিও নাডিমণ্ডলে দৃষ্টি জাপনপূপক আলে আলে বায়ু ধারণ করিবে। এই জিন্যা-সাধনে মনের একাগ্রেডা সাধিত হয় ।

এই মৃদাহলির নাধ্য এক একজন ছই তিন্দী সভাসে
কবিলেই চলিবে সকলগুলি অভ্যানের প্রয়োজন নাই।
এক একটা মৃদ্য ছয় মাসের মানাই অভ্যান হইছে পারে
মৃদ্য শারীরিক ব্যায়ামের অন্তর্নপা। মৃদ্য অভ্যানের দ্বারা
উক্রম হার মৃদ্য সাধ্যের রক্ষা করা যায়। হতা দ্বারা বঁথা
উল্লম হার মৃদ্য সাধ্যের কৌনলে উপান্থ পরর হহাতে উল্লে ধারু মেকেল্ডির পথ দিয়া উল্লেগ্নো হর ইছার অভ্যানে কভান্তর বিক্ল অন্তর্গিনের নাধ্য পুনঃ স্বান্থ্য ও বল প্রান্ত হয়
এবং আধিক শা করে মৃদ্যান্ধনে আরোগা হইলা থাকে।
সেইজ্বাই প্রসাচ রার প্রান্ধান্ধন আরোগা হইলা থাকে।

আমন, প্রাণায়াম ও মৃত্ত সাধন হারা কি উপকার হয়, ভাহ, কিছুদিন সভাসে করিংশই বৃদ্ধিত পারিবে ভবে কো হয়, ভাহার খুল্লিপ্রমাণ প্রদর্শন করা এই ক্ষুত্র পুস্তাক অসন্তব সার্থত মই হইভে প্রকাশিত মোগীগুক্ত ভালাগুরু পুস্তকে নালাবিধ প্রাণায়াম এশ আরও উচ্চাকের সাধনা, প্রভাহার, ধারণা, ধ্যান প্রভৃতি মৃক্তির সহিত প্রকশিত

[•] এট ক্রিয় গুলি আঙ্ক বান্তির নিকট শিকা কবিতে হয়। আমরাও শিকা দিতে পারি

হইয়াছে। এই কুৰ প্ৰাস্থ হ'লে পুনৱপ্ল'চন'ৰ স্থানাভাব। প্ৰোজন হইলে উক্ত পুৰুক্ষয় নেথিয়া লই'বে।

উপসংহার

একলে যুবকলে। অ ই অনিলালর নৃত্যুগান্তাবে আগবড়ত ও তথাপ্রালাব নিজাত এবা লোকতি গার্গ প্রচাণকত প্রকারী করিছা মবছাগান্ত অমবছ লাভ কর রক্ষার্যা পরিনাল করিছা মবছাগান্ত অমবছ লাভ কর রক্ষার্যা পরিনাল করিছা মবছাগান্ত অমবছ লাভ কর রক্ষার্যা পরিনাল করিছা মবছাগান্তার সাধন করে। কর সমগ্র নিয়েক্তলি প্রকান করেছে না পারিলেও যুগান দা বক্ষার্যা রক্ষা করেছেলি প্রকান করেছে না যু মুহলুর পালন করিছে, সা অবজু এই প্রিয়াল কল নিশ্চাত প্রালু পালন করিছে, সা অবজু এই প্রিয়াল কল নিশ্চাত প্রালু বর্ষার্যা রক্ষা করিছে সাধ্যে প্রক্রেছারী কেবলমান্ত প্রক্রেছারত আবজ্যন করিছে সাধ্যে প্রক্রেছারী কেবলমান্ত প্রক্রেছারত আবজ্যন করিছে সাধ্যে প্রক্রেছার প্রক্রেছার প্রক্রেছার ব্যক্তিয়া আল্লুপ্রস্থান বানাল্যের মান্ত্রা সাধ্যে প্রক্রেছার আল্লুপ্রস্থান বানাল্যের মান্ত্রা সাধ্যে প্রক্রেছার আল্লুপ্রস্থান বানাল্যের মান্ত্রা সাধ্যের স্থান্ত্রা আল্লুপ্রস্থান বানাল্যের মান্ত্রা

্রেনের একমাত্র আলাভ্রসাক্তর পাবর্রনার বালকগণ।
তেনেরা এক্টার্যা পালন করা বক্ষার্থী হন লগতের আলেল
মারা করিয় পাত রক্ষা কর— দেখিবে, আবার দেই আয়ু,
সেই বল, সেই ফাক্যা, সেই আনন্দ, সেই ভাবন আগমন
করিবে। আবার ঘার ঘার বাস, বাল্মাকি, পাত্রালি, গর্গা,
কৈমিনি কল্মগ্রণ করিবেন।

ব্ৰহ্মচর্য্য-সাধন

-- +1024 --

স্বাস্থ্যরক্ষা-বিধি

-::-

मिया र्था ।

কুমাৰ ব্ৰহ্ম গণা লাভ কল মুনক প্ৰকাশ্যের কিন্তুম কলা হাই ব নিয়ম কলান ব সাধান জান লাভ কলালন করি ভ সাক্ষম হাই ব না, দেশ্যে বর ভালা ভিন্দুলৈ কামে নালে মুজান্ত সাহিন্দ হাইছে মাজ কলা হ সামান্ত লাভিন্দ করি করি কলালা এই মুনা ম কুমানান্ত নিয়ম সদস্ত কলিলালা এই মুনা ম কুমানান্ত নিয়ম সদস্ত কলা মান্ত কলিলালা এই মুনা ম কুমানান্ত কলা মান্ত লাভ মুনা লাভ ভিন্দ ইংকট লাভিন্দ হ ক্রমণ হয় ভালাল প্রায়ম্পুল্ভে লাভিনিন লাভ করিছে পালো।

প্রাক্তির কারে ক্লা, সহল, প্রাক্তির হাদশালুল দিবি,
ক্রিকুলির কারে কুল, সহল, প্রাক্তির, নুহন, অক্ত ও

960

প্রশস্তভূমিজাত ও প্রভাগ্র হওয়া মাবগ্রক বিকট্ (ভাট, পিপুল ও গোলমরিচ), বিস্থান্ধি, এলাচ, তেজপত্র ও দাকচিনি) ও গজপিপুলের চূর্ণ—মধু, সৈদ্ধব ও তৈলের সহিত মিজিত কবিয়া দপুকান্তের কৃষ্ঠি ছারা ভাষা দন্তে ঘর্ষণ করিলো মুখের জুর্গন্ধ, মল ও শ্লেমা দুরীভূত হইয়া মুখের বিশুদ্ধতা, অলে ক্রচি ও মনের প্রসন্নতা জন্মে গল, তালু, ওপ্ত ও জিহ্বারোগে, খাস, কাস, হিন্ধা, বমিরোগে এবং তুর্বল, অজীর্ণরোগী, মূর্চ্ছাগ্রস্ত, শিরোরোগী, ভৃঞার্ত্ত, শ্রান্ত, মহাপানক্লান্ত, কর্ণরোগী ও দস্ত বোগীর দন্তকান্ত দারা দন্তবাবন করা উচিত নতে দন্তধাবনের পর জিহবা পরিষ্কার করা কর্ত্তবা সর্গ, রৌপ্য বা কান্ঠনিশ্মিত. দশ অঙ্গুলি দীর্ঘ এবং মৃত্ মস্ণ জিভছোলা দারা জিহ্ব প্রিকার করা উচিত জিহ্বা পরিকার করিলে মুখের বিরুস্তা, তুর্গন্ধ, শোথ ও জড়তা বিনষ্ট হয়। তংপরে মুখে তৈলাদি স্নেহপদার্থের গণ্ডুব ধারণ করিতে হইবে তাহাতে দন্তের দৃঢ়তা ও অল্লে রুচি জন্মে।

মুখ প্রকালনের পর নেত্রে অঞ্জন প্রদান কর্ত্রা। অঞ্জন কার্য্যে সিন্ধুনদজাত নির্মাল প্রোভোঞ্জন প্রশস্ত। তাহার দারা নেত্রের দাহ, কণ্ডু, মল, দৃষ্টিমগুলের ক্লেদ ও বেদনা নন্ত হয়, নেত্রে শীতাতপ সহা হয় এবং নেত্রে কোনরূপ রোগ জনিতে পারে না কিন্তু ভোজনের পরে, মন্তক ধৌত করিয়া, প্রাস্ত হইয়া, রাত্রি জাগরণ করিয়া এবং জর হইলে অঞ্জন দেওয়া উচিত নহে। তা হাপের বা য়াম কলা আলাগুক লাবা মেন ছালা শ্রীরের পুপি ও কা তা অঙ্গুলাঙ্গের শুগাসন, আরার দিপি, আলস্ত নাশ, দেহের দুচ্চা ও লালুটা এবা শ্রাপ্তি, রাহ্ম ও সুলভা বিনষ্ট হয়। বয়স, বল, শরীর, দেশ, কাল ও আহার—এই সমস্ত বিশ্বচনা কবিলা করা ছিচিত অভিরিক্ত ব্যালাম করিলে করে, অক্তি, বমি, রক্তপিত, শ্রম, রুগান্তি, কাস, শাষ, জর ও শাসবোগ উৎপন্ন হয়। রক্তপিত, শোষ, কাস ও ক্তেরোগার্ভ বাক্তি, কুশ ব্যক্তি, স্থাসক্ষে ক্ষাণ বাক্তি এবা ভ্রণার্ভ ব্যালাম পরিভাগি করিবে। ভ্রোক্তমের পরে ব্যায়াম করা অনুচিত। ব্যায়ামের পরে অঙ্গ প্রভাক্তমের ও গন্ধজ্বা লেপনাদির দ্বারা বায়ু কফ ও মেদের নাশ হয়, অঙ্গ দৃচ হয় এবা অক্ নিশ্বল হয়

সানের পূর্বে সর্বাক্তে তৈলান্ড্রান্থ কর্ত্তর্য। মন্তব্বে তিলান্ড্রান্থ করিলে শিরোরোগ নই হয়; কেশ কোমল, দীর্ঘ, ঘন, সিশ্ব ও কৃষ্ণবর্গ হয়; মন্তব্ব সন্তর্গিত হয়; ইন্দ্রিয়-সকল প্রসন্থ হয় এবং শৃত্যপ্রায় মন্তব্বের পূরণ হইয়া থাকে। সর্বব্বরারে তৈলান্ডান্থ করিলে দেহ কোমল হয়, বায়ু ও কফের সমতা হয়, ধাতুসমূহের পৃষ্টি হয় এবং ছকের চিক্তান্তা, বল ও বর্ণের বৃদ্ধি হইয়া থাকে। পদভলে অভ্যান্থ করিলে নিস্তা, চক্ষুর উপকার, প্রান্থি ও ক্রভাত্তের নাশ এবং পদচর্মা মৃত্ত্ হয়। তৈল দ্বারা কর্ণপূরণ করিলে হয়ু, মন্তব্ব ও কর্ণের বেদনা নিবারিত হয় কিন্তু তরুণ শ্বেরে, অক্তীর্ণ এবং ব্যন

বিবেচনের পরে ,সই দি:•ই তৈলাভাঙ্গ করিলে বিবিধ অনিষ্ঠ ইইয়া থাকে

অভ্যাক্তর পর স্থান করিছে হয় স্থান করিলে চিত্ত প্রাকৃত্র হয়, নলনাগে হয়, হল্রিখসমূহ বিশোধিত হয়, রক্ত প্রিকৃত হয়, ভারোগ্রি উদ্ধাপিত হয়, তক্তা নাই হয় এবং পাপ দ্বীভূত হয়। নীত্রকালে দক্ষভাল ও ইফকাল ভালে স্থান করিলে স্থান বিধেয়, যোহতু নীতকালে নীতল ভালে স্থান করিলে শ্লেম্ম ও বায়ুর প্রাকোপ এক উদ্ধানাল চক্ষভাল স্থান করিলে পিছে ও বাসর প্রাকাপ হত্যা থাকে। কিন্তু উদ্ধান করিলে বিলেম করিলে করিলে করিছা ও ক্লান করিলে মান চক্ষুর অনিস্তর্কর, তবে এল্মা ও বাস্ব প্রাক্তির বার্কির মান চক্ষুর অনিস্তর্কর, তবে এল্মা ও বাস্ব প্রাক্তির বার্কির মান চক্ষুর অনিস্তর্কর, তবে এল্মা ও বাস্ব প্রাক্তির বার্কির মান চক্ষুর অনিস্তর্কর, তবে এল্মা ও বাস্ব প্রাক্তির বার্কির

 চুল আচ্চাইলে কেশের উৎকর্ষ সাধিত হয় এবং ধূলি মল ও উৎকুণাদি অপগত হইয়া যায়।

্ অভংপর দেবতা, অতিথি ও ব্রাহ্মণগণের পূজা কবিয়া ভাষার কবিবে। হিতকর দ্বা পরিমিত মান্রায় আহার কর, উচিত আহার দাবা পীতি ও বল বর্দ্ধিত হয়, দেহ পুষ্ট হয় এব আয়ু, তেজ, উৎদাহ, স্মৃতি, ওজা ও অগ্নির বৃদ্ধি হইয়া থাকে। আহারের পর কিঞ্ছিংকাল বিশ্রাম করা আবশ্যক।

অপরাত্ম পরিজ্ঞান তথাৎ পায়চারি করা হিতকর
পায়চার করেলে আয়ু, বল, মেধা ও অগ্নি বদ্ধিত হয়
এবং ইন্দ্রিসমূহের জড়তা বিনষ্ট হয়। জমনকালে পাতৃকা,
হয়, দও ও উষ্ণীয় ধারণ কর্ত্তরা। পাতৃকাধারণ করিলে
পাদরোগের নাল, শুক্রান্তি, প্রীতি ও শুক্রান্তির ইইয়া
থাকে এবং গমান আরাম পাওয়া যায়। বিনা পাতৃকায় জমন
করিলে সাস্থাহানি, আয়ুক্ষয় ও চক্ষুর অপকায় ইইয়া থাকে।
ছত্রধ রণে বর্ষ, বায়ু, ধূলি, রৌম্ম ও হিমাদির নিবারণ, বর্ণের
উক্তালত, চক্ষুর জ্যোতিঃ ও ওজাপদার্থের বৃদ্ধি হয়। দওধারণ
জারা বল, কৈয়া ও ধর্মা বদ্ধিত হয়। উষ্ণীয় (পারণ্ড়ী)
ধারণ করিলে দেতের পবিত্রতা, কেশের সৌক্রমা এবং বায়ু,
আতিশ ও ধূলির নিবারণ হইয়া থাকে।

রাত্রিকালে পরিমিত মাত্রায় উপযুক্ত সময়ে নিয়ে। সেবন করিলে বস, বর্গ, পুষ্টি, উৎসাহ ও অগ্নি বন্ধিত ও তন্ত্রা দূর হয় এবং ধাতুর সমতা হইয়া থাকে।

দিনচৰ্য্য]

5-5

भ**म्**व्छि

গুরুজনের ও বৃদ্ধগণের অভ্যালুবটী হর ব ্দর্ভা, ব্ৰাহ্মণ ও পিতৃস্থের নিন্দা করিবে ন' প্রাণিগণেও উপকরে ভুটাৰে |

পার্চিত ও সাখ্যায় কাজির সাহত দেবা হই ল অংগ্র সম্ভাষণ করিবে . উপদুক্ত কালে হিত, মধুর ও পার মত কথা কহিবে। কাহারও প্রতি বি.খ্যবাকা বা কিখ্যাবাক প্রায়োগ कविट्य भा।

শুরুজনের নিকট উচ্চ অ,সনে বসি,ব না, সভাস্থাল क्ष्य (कारे), ऐमदा, दे, हैं b & में प्रनादान खा'र करिएन না৷ অস্তাদিতে ঠেল দিয়া উপৰেশন কৰিবে না সংক্রক (উবু) হট্যা কিখা কছে আদেনে বদা উচ্চ নতে। বিধ্য-ভাবে গ্রীবাদেশ রাখিবে না। গাতে, নখ, মুখাদি বাভ ইবে না। অকারণে কাঠ, লেব্র ও তুণাদি অভিতরন করবে না বা ভাঙ্গিবে না।

মুধের ফুংকার দারা অগ্রি অ'লিবে মা। আত্মপ্রতিবিস্ত দর্শন করিবে না। উলঙ্গ হইয়া জলে প্রবেশ করিবে না।

দ্যুতক্রীড়া করিবে না। মদকজ্বা সেবন করিবে না। গীতবাছাদিতে আসক্তি রাখিবে না অন্তের জামীন বা সাক্ষী হইবে না। নিজা, জাগরণ, শহন, উপাবেশন, ভ্রমণ, যান,

হাজ, কথন, নৈথন ও কাষামাদি কোন বিষয়েরই অতি সেবা कवित्व सं।

তিৰ্ভৱ আহার অভাস করিবে বহুজনম্পুট আছ বা প্লাক্র , কোটেল ওয়ালার। আর ভেজিন করিবে না। হতুপদানি ধীত না করিয়া আহার করিবে না। দিবারাতির সাত্র সহাত্রধাং প্রাঞ্কালে ও সন্ধাকালে এবং সময় অভীত ক ব্যা ও নিরাসান আহার কার্বে না ভারপারে বা অঞ্চলপুটে হুলগান কবিৰে না।

্লেম, নধ ঘন ঘন ভেদন করিবে না। মস্তক্ষারা ভার ৰহন করিবে না অক্টোর বাবলত বস্তু, মালা, পাত্কাদি ৰাৰ্চার কবিৰে ন, মল মুব্ৰের উপ্ভিত বেল ধারণ করিবে না অভূপযুক্ত ভানে বা প্রক্ষোভাবে মলমুদ্র ভাগি कतिरव मा।

অধিক তু সক্ষ করিবে না গ্রীক্ষকালে মালে একদিন এবং অভান্ত অভূতে আভি মানে ভিন্দিন অন্তর জী সক্ষ ৰিহিত। রুজ্বলা, অকামা, মলিনা, অপ্রিয়া, উচ্চবর্ণা, ব্যুণ্ডান্তা, হীন্ডো, ব্যাদিশীড়িতা, গভিনী, যোনিরোগগুন্তা, সংগতা, গুরুপত্নী, অগমান ও প্রবৃদ্ধিতা নারীতে গমন করিবে না। প্রাত্তকশ্ল, অভ্নরাত্রিত, নধাদিনে এবং লক্ষাবহ, অনাসূত্রা কলুবিত ভানে জুলিকম করিবে না। রুমণকালে ললাউদেশ অনাবৃত রাখিও না। উল্লেখ্য (দাড়াইয়া) অথবা চিং হইয়া পুরুষের সঙ্গম করা উচিত নহে। ভিখাগ্- leg.

যোনিতে বা যোনি ভিন্ন জন্ন ছিলে মেথুন কৰিলে বিবিধ অনিষ্ট হইয়া থাকে মল্বেগ বা মৃত্ৰেগে পীড়িও এইয়া ক্রীসহলাস করিলে শুক্র শারী (পাথুনী) রোগ উৎপন্ন হয় জীসক্ষের পরে মধুৰ ভক্ষাজ্বা, শক্রামিশ্রিত হুগা ও মাংসরস প্রভৃতি দুয়োর পানভোজন এবং স্থান, বাজন ও নিছা বিশেষ উপকারী।

ঋতুদর্য্যা

বর্ষাকালে মানবগণের শারীর ক্রিয় তয় এবং অগ্নি মান ভজ্ঞা কভাদি দেয়ও প্রকৃপিত চইয় উঠে। অভএৰ তংক লে উক্ত দোষের প্রতিকার্ডকা ক্যায়, তিক ও ক্টিরস্থিমিট, ভারুব, অন্তিরিয়া, অন্তির্গুল, ইফা ও অধিবর্গক অন্ন ভোজন কবিৰে জল উত্তপ কবিল শ্তল হটকে জন্নাত্রায় পান করিবে অধিক কাংচাম, মৈথুন, আওপ, দিবালিজা পরিকাগি করি,ব। ভূব ভেগর পরিচারজন্ম ধিতল গুছে বা খট্টাদিতে স্থলবন্ধাণ্ড হইয়া শহন কবিবে বৃষ্টির জল বা জলো হাওয়া শর রি ল গ ই,ব না। এই সময়ে বাতনাশক দ্রব্য বাবহার করা কর্ত্তব্য।

শরৎকালে ক্যায়, মধ্ব ও তিক্রবস, ছ্গ্নজাত দ্বা, ইক্রসজাত দ্বা, মধু, শালি তওুল, মুগাদির যুধ ও জাকল মাংসরস ভোজন করিবে। নিবলে জল পান করিবে। জ্ঞালে সন্তরণ, সন্ধাকালে চন্দ্রকিরণ সেবন, গাত্রে চন্দ্রাদির অনুগুলপন ও অধিবাসন ক্রিয়া হিতকর িভিজ্যুত পান, হ জ্যোক্ষণ ও বিবেচন ক্রিয়া দ্বারা স্থিত পিত্রের নিইরণ করা আবিশ্যক পির্নাশক দ্বাসম্পত্র সেবন কর্ত্রা। ভীক্ষা, আছা, ট্ফা ও কারদুরা ভোজন এব দিবানিলা, রানি ভাগরণ ও আভপ্দেবন পরিত্যাগ করিতে হইবে।

্তমন্ত ও নিশিরকাল শতিল এবং কক এই সময়ে স্থাতেজ গৃত হয়, বায়ু পাবল ও প্রকুপিত হইয়া এবং শতিম্পাৰ্শ জঠবালি পিতাভূত হইয়া উদবস্থ বসধাতুৰ শোষণ কবিতে থাকে সুত্রাং হেমপুকালে সিথা অর্থাৎ সুততৈলায়িত খালা এবং লাবণ, কার, তিক্তা, মধুর ও কট্রসবছল ভোজা ভোজন করি,ব। ভিল, মাধকলাই, শাক, দধি, ইঞ্জাত ত্ৰা, পুৰাতন বা নৃতন শালি-ডণুল এবং সকল প্রকার মাণ্স প্রভৃতি বলকর খাছাসমূহ ভোজন করিছে পারা যায় উফল্ল পান ও উফল্লে সান হিতকর ৷ তেমন্ত ও শ্তিকালে ম্পেচ্ডভাবে অধিক স্ত্রীসহশাসেও বিশেষ কোনও ক্ষতি হয় না। এই সময়ে শৈতাহে হু মানবগণের প্লেম্মা সঞ্চিত हिंद्या थारक

বসম্বকালে সেই শ্লেষা উক্ষম্পর্শে কুপিত হইয়া উ.ঠ। দেইজন্ম তংকালে অম, মধুর ও লবণরস্বিশিষ্ট এবং রিশ্ব ও গুরুপাক ত্রব্য ভোজন ত্যাগ করা আবশ্যক। ব্যনাদি ক্রিয়াদারা শ্লেমা নিইরণ প্রয়োজন। যতিক ধালের ও যবের অর, শীতবীহা দ্বা, মুগের যুষ, নীবার ও কোদ্র ধান্দের

হার, লাবাদি পক্ষীর মাংসরস এবং পাইলে ভিছ , ইইন, जिल, कड़े, कार, कथाय, क्रक छ ऐस्टन्स । जाङ्ग , अल्लाहरू, অবিট, মাস্কি, দীধু ও আদের পান , কাহাম, 🗝 তন, বিক্ শুমপান ও করলগানে এক উব্লেড্ডেড্ডেড্ডের ও উব্লেড্ড পান চিংকর এই সময়ে ৮৬৮খে বুছন ক হ'ল ২৬কাব शहेशा बारक ।

শ্রীক্ষকালে বামোম, পাতখ্ম, ইফুলসত হৈছিল, ভাষণ কারক চার এক কট্, অমু ৬ লগেবস ব ৭৪ ৬ ছ , ৬ ছন शतिहालि कतिता अपरातद व सम् कर्नु ह स्म. भरिनात्म के नर्न भूषण, इस्टन म इंगुर्लिशन, क्ष्मल स् प्रत्यल नर् মাকা বা মুকা পাভূতিৰ চাৰ ধাৰণ, মাপেৰুজুৰ বৰুজেতন, শাত্রগার বাস এক লগ্রস্থ পার্যার ক্ষর, পুচার ও কুশ্রেল মার্করাপ নক ব অধুপানক (গাঁড় হুণ্ডের পান' ও শক্রামিশিত মতু পান এক সুধনাশ্ত ০৩ল, মধুক, अनिवास अवर्थ , जाकन हिड्कर 'अप इस छिन दि दे করিয়া রাগ্রিক'লে পান করিবে এবা উচ্চস্থানে। ৮'ল ও ভূতি। প্রাকৃতিত কুমুমাক বি শ্যাম চলনলিপু শ্রমিত শ্রম করিছ। সুখলপূর্ণ সমীরণ সেবন করিবে।

যৌগিক প্রক্রিয়া

সরশারোক নিমুলিখিত নিয়নগুলি পালন করিলে শরীর-সম্বন্ধে প্রভাক কল পাইবে।

শুনত পণুক লগণতে হৈ উন্তিল লালিক ব ছাৱা শীভাল ভালা সান ৰাজ্যৰ একট লগ্য উচ্চ হল নত লাগিক ভুলাইছ বারে দীয়ে পান অন্সত্ত্তি ইং নেদ্দিল হিকান, মুধ্ধ হতে না এক मखिक है। का धानिएक ।

 म इट्ट्र कि बुल्ड म म इल महुत, म इ लईए ५८क वे 13 वेटे मार्टिक नरे भार मार्थ कर के अ इस्ताम् मार्टि मार्टिक करने ि . 5 में पुरित्य कि से में बहुत कुछ पुरित्य करता के मूर्वित करता में कहता ना किस व पर द सक्त सर्गाश भ प्रदेश पूर्वत समारे समा व र पूर्व करिएक। इट १ - ५ स् भट्या १ वट मन बाराण्य पासिट्य ग्या एकानक्ष क्षणुद्धात्र प्रतिद्ध स्ट्रा

यत्रुद्र । व अभव क व क्ष्म अन्ते (कार्य क निवा वं बाद बार्ट्यन प्राप्त के. महण है , हे स्थय के इस के देव, सांकरण सेव मिल পড়িৰে না এবং বছখাল কাষ্যক্ষৰ ব্যক্তিৰ ৷

कार , इंद मदद अदद अव का का पूर्व प्रकार न म भूग्ड प्रवर्त प्रकृत करण म क क्ष द्वद अमह वायम, अ भूति च अवध्य क'वरण ्क म १ % को बाह न भारत जा। दिश्यम है, अपने में है मेरा मण काई कि (इ'स ५ १क म ५ हेमक त ६६६६ । य आह्रक चाम शत्रिक कर्ष्य म इडेट्ब, भारत द दिलवा र लगुर्व नवस कविद्रलंडे बाम भवित्वित इडेट्व ।

भाद इत्य लड किल्ली इ'ट दन दन दन न, हुए। धर मिलिड मान. জাত হৈলে বাত, তিরপ্রীয় প্রভৃতি রোগ অহিছে লাবে না। চিন্দী ध्यमण्डाद्य हालमा करिट्य, स्थम मण्डात्वत हार्च केहिएकि धक्रे खाद्य परिक रह । देशास्त हुन भारत मा।

खाह'रहर नद न एवद ना मा नन्ताह मुस्त्रि, खादाद खेलद 3015¢ মিনিট বৰিয়া গাতিৰে বা চবাৰ্থি ভন্মিতে পাৰে না।

10

প্রভাহ একটিটে খেক, কফ ও লাইড বরের ধান করিলে বাং। পিঞা, কল এই লিগাড় সাধা গালে।

প্রভাগ নাভিত্র ব্যুধ রণ ও ন 'ভকলাধ ন কারলে লার্ল'কল ক ও ক্ষরায়ি বৃদ্ধিত হয়।

शलादिक व जूनहत्रभन्न क ' एक नान न न व पूर्व दे व्यवस्थ समेन महिद्या चाष् वृद्धि हथ ।

य दक्षान्य पद प्रदेश वृद्धिक भ दिल क्या है द अधिक श म भ व १९६९६६, अहे अधिक प्रदेशकरण प्याद - अ १४, सर प्र मुक्त करिया माणिदन।

अयप क कि किश्मा

যা হারা শিক্ষার পাষে, বহ সর চাপ্লা বং কুদ স্বিধ ল দুয়া অধাচারের নরক্রতিনত রাপ দিয়াত, আছুল কুবিন্ধ কনিয়া কাল্যাতে, শুক্র অন্তর্গত তথ্য তইয়াতে এক প্রেণালালি বিন্দ হুইয়া পিয়াতে, বক্ষচ্যাপালন বাঙাল ভারাদের গাংড়র নাই স্থানিকার, ধাঙুণ্টাবলো প্রভৃতি ও লচকিংকা কুণ দুর বোগ ভার্মিল আর উপয়ে নাই , বিষধে এ বাল আর্থাত হয় না ইহার একমার উপয়ে, বক্ষমার চি কংসা ব্রহ্মহাণালন ভারারা প্রতিজ্ঞাপ্রক ব্রহ্মহাণ পালন ও নিম্ন লখিত উপয়েশুলি অবক্ষন করিবে।

প্রভার শংনের পূর্ণে ইত্র জল ব'বা ক'হর পরাতু দুইলা কেলিবে ভাষাতে অশক হইলে হতু, পদ, নাভি, 'নয় উদর ও স-অওকোষ ভাননোকা পূৰ্বে পাৰত কৰা বাসন্ধাৰ কৰা ভগৰণনৰ ভিত্ন কৰিছে । কৰিছে নিজা নাইৰে এবং ক্তি ছাড়াৰে সমাভিয়াৰ কৰিছে ।

भारत्कां का त्यांकान वानवाद कवित्य। च व्यक्तांबर निर्देश म स्थान स्वयं र तथा यन्तानिकात रोक्षण या विकर्णात्य महास्थ म क्षित्रेण कवित्य के दृश्य भारताच्या लाइक है किये हुई विन्यका तथाई भारतार्थन कदित्य।

ভালে নামি পদান্ত ভূব হা, ভূই ভবাগৰ বৃদ্ধান্ত কাৰণ কাৰ্য কাৰণণৰ পূৰ্বকাৰ তি প্ৰাণ কাৰণ কাৰণ কাৰ্য কাৰণা বা প্ৰাণ কাৰণা বা কাৰণা বা প্ৰাণ কাৰণা বা কাৰণা বা কাৰণা বা প্ৰাণ কাৰণা বা কাৰণা

সংক্রে পুরের পূর্ব র বার কর্ম করে বার্চনিচুর্ব সেবর এবং উল্ব পূর্ব করিয়া শীয়েল খল পান করিবে।

'লা লা ও লৈছৰ লগতের সভারত প্রাণান, মুভ ও তরে দিছ ক'বয়া। ভক্ষৰ ক্ষতিলৈ বীধ্যকৃতি হয়।

कुमहोर निवय दीशवर्षण।

तृ'यक्ष एउट कर ५ दूस हुई क्लिया ३ ए.सा माश्रीय युष्ट ५ ६६६४। महिल क्लब के दिरम दृष्ट वाक्ति ६ युवाब स्थित इस ।

আমলকীর চুব আমলকার রুমে চাবনা বিহা, চিনি ও মুত নিশ্রিত করে। বাশ্রের প্রথমতালে মধুর সভাম করেন কার্যা গাইলে প্রথমত বৃদ্ধি হব।

অভি পুরাত্র পিছ্ল পাছের মূলের বস চিনির সহিত সেবন করিলে। বীধ্য বৃদ্ধিত হয়।

মান্তলাই প্রথমে ছাতে ডালিয়া চুয়ে দিছ কর হ: চিনির সংহত প্রতিদিন সেবন কবিশে বীর্বা দৃচ হয়। চারা বিমূলগাড়ের ফ্লের চূর্ব ও ভালম্লী চূর্ব সমভাগে মিশাইয়া > ভোলা মাজার ভূত ও চ্থাসহ সেবন করিলে বীবাত্তল হয়।

ভূমিকুমাওচ্ব ২০ ভোলা উক্ত ২০ ভোলা বদে ভাবনা দিয়া ২০ ভোলা গ্রান্থত ৬ ১২ ভোলা মধু মিপ্রিত করিয়া অর্থ ভোলা মাত্রাধ প্রতিদিন প্রাতে ৬ বৈকালে দেবন করিলে মেহ ও যাতুদৌর্বলা রোগ ভারোগা ও পুক্ষত বৃদ্ধি হইলা থাকে।

অপাস, বচ, ভটা, বিভন্ধ, ভলকা, শতব্লী, গুলকাও হবিতিকী এই সকল প্ৰব্য সমভাগে চূৰ্ণ কৰিল। যুত বাৰা ২ ভোলা যাত্ৰায় পেৰন কৰিলে শুভিশক্তি বৃদ্ধি পায়।

শরংকালে চিনির সহিত, হেমতে শুরীচ্রের সহিত, শীতে পির্লীর সহিত, বসতে মধুর সহিত, গ্রীমে ইক্ওড়ের সহিত, বর্ষার সৈত্বর লবণের সহিত হরিতকী ভক্ষণ করিলে বলবীর্য বৃদ্ধি হয়, সর্কাদা শরীর শীরোগ ও শ্বির্যোবন থাকে।

অবগন্ধা, বমানি, নিম্পা, কুড়, তিকটু, ভলনা, ভন্তী, সৈদ্ধব এই
সকল সমভাগে এবং ইহাদের অর্জ লাল বচ জইয়া সম্দন্ধ একত্র চূর্ণ
করত: ২ ভোলা মাত্রার ঘৃত ও মধ্র সহিত ভক্ষণ করিবে। এই ঔবধ
ভীর্নান্তে দুগ্র পান করিবে। ইহাতে অভিশয় মেগার্দ্ধি হব।

ভালমূলী, শতমূলী, ভূমিকুমাও, অশ্বগদা, গোব্ম, শাম্বলী, কৃটজ, গোক্র, বালামূল, বানরীবীজ, কাকোলী, ক্ষীরকাকোলী সমভাগে লইয়া চূর্ব করিবে। অনন্তর ওপল মহিষীত্ত্তে বাটিয়া ১ পল চিনি মিশাইয়া তিন সপ্তাহ দেবা। অনুপান মূথার ক্ষীর ও পথা পক্ষিমাংস । এই ঔষধ অভিনয় তেজস্বর, পৃষ্টিকর এবং বীধাবর্দ্ধক।

मगा ख

ওঁ কুকার্পণমস্ত

আসাম-বজীয় সারস্বত মঠ-প্রতিষ্ঠাতা শ্রীমৎ স্বামী নিগমানন্দ সরস্বতী পর্মহংসংগ্রের অমর অবদান

দারমত গ্রন্থাবলী

১ ব্রহ্মচর্য্য-সাধন প্রতি সংস্করণ গ্রন্থকাবের চিত্র স্থানিত মূল্য ২০০০

২ যোগীগুরু ৰোড়শ সংস্করণ—মূল্য ৭'=+ হিন্দী সংস্করণ—হ'++

ভাষানীগুরু
গ্রহ্বাবের চিত্র সংগ্রিত
১২শ সংস্করণ
নুল্য ৮১০০

৪ ভাস্তিক**গুরু**দশম সংশ্বন
হিন্দী—প্রথম সংশ্বন
গ্রন্থকারের হাজ্টোন্ চিত্রসহ
মূল্য ৮'০০

৫ প্রেমিকগুরু গ্রন্থকারের প্রতিমৃত্তি সহ রশম সংস্করণ—স্ল্য ৭০০০ বাজাল—কোড়শ সংস্করণ ইংরাজী—প্রথম সংস্করণ অসমীরা— চতুগ সংস্করণ উড়িয়া— বিতীয় সংবরণ

সহত উপাবে বোগশিকার
অপূর্ব গ্রন্থ।
জান ও পাধন-পদ্ধতি।
জান ও ঘোগের উচ্চাঙ্গগমূহের
বিশ্ব আলোচনা।
হিদ্দী সংস্করণ—৮'••

যোগ ও সাধন-পদ্ধতি।

এতথেবে ভত্তমতেই দীকা ও নিত্য-নৈমিতিক জিয়াকলাপ হইবা থাকে, স্তরাং এ প্রক্যানি বে সাধারণের বিশেষ প্রয়োজনীয়, এ কথা বলাই বাছলা।

ইহাতে জীবনের পূর্ণতম সাধনা প্রেমঙ্কি ও মৃক্তির বিষয় বিশদ-রূপে ববিত হইয়াছে।

ও মায়ের কুপা

এই গ্রন্থে মা—কে, এবং কিরুপে মায়ের রূপা লাভ করা যায়, তাহা অধিকারিভেদে বিবৃত হইয়াছে। উপদেশগুলি মা অরং উমুখে প্রদান করিয়াছেন। নবম সংস্করণ, ম্ল্য ১০০০ মাতা। হিন্দী সংস্করণ ১০০০।

৭ কুন্তযোগ ও সাধুমহাসন্মিলনী

এই প্রমে কুন্তমোগ, ভাহার স্থান ও সময়, সাধুস্থিলনী কি উদ্বেশ্ত কাহার কর্তৃক স্থাপিত, সাধকগণের বিবরণ প্রভৃতি আলোচিত হইয়াছে। ১৩২০ হরিমার কুস্তমেলার বিজ্ত বিধরণ। চতুর্থ সংকরণ, মূলা ২০০০।

► ভব্ৰমালা---প্ৰথম থাও

অন্নপূর্ণা, শারদীয়া ও কালী প্রভৃতি প্রভৃতি শাক্তসম্প্রদায়ের প্রচলিত হাবতীয় উৎস্বাদির ভাত্তিক বিবৃতি। পূজা-পার্জণ ও উৎস্বাদির তক্ত विट्लवर्ग । शक्य म्हत्वद्वर्ग, मृत्रा २'८-।

৯ ওকুমালা—বিতীয় থও

শক্তিত্ব, গায়তীত্ব, দেবভাত্ব, ভগবন্তব, অবতারত্ব, গীলাত্ব, শিবতর, মহাবিভাতর, বাসন্তী, ঝুলন্যাতা, রাস্যাতা, দোল্যাতা বৈফব সম্প্রদারামুষ্টিত পঞ্চ সংস্করণ र्मधी ७,००

১০ ভত্তমালা—তৃতীয় পশু

আত্মতব্ব, সাংখ্যযোগত্ব, যোগনিদ্রাতব্ব, নিবৃত্তিতব্ব, সেবাত্ত্ব, স্পুত্র, মৃত্যুত্র, অশোচতত, উৎসবত্র, প্রিক্ফচৈত্রতের ইত্যাদি হিন্দুর সাধনা সম্পরিত বহু জাতব্য বিষয়ের বিশ্লেষণ ও আলোচনা। চতুর্থ সংস্করণ, মূল্য ০'-- মাত্র।

১১ সাধকাইক

১২ বেদাস্ত-বিবেক

এই গ্ৰন্থে আটজন গৃহস্থ সাধুব প্তজীবন-কাহিনী বৰ্ণিত হইথাছে। দৈতাহৈত-বিবেক, এই পুত্তক চরিত্র-গঠন ও ধর্মলাভে বিবেক, আত্মানাত্ম-বিবেক ও বিশেষ সহায়তা করিবে। চতুর্থ সংস্করণ

মৃল্য ২০০০ মাত্র।

ইহাতে নিত্যানিভাবিবেক, यशंवाका-विदिक धेरे करत्रकि বিষয় আলোচিত গ্ইয়াছে। তৃতীয় সংস্করণ, মূল্য ২ -- মাত্র।

10 间形

निकांत चापर्न, मयका, मयाधान, आशाध-धरे भक्तिकृष्टेर विचक । শিক্ষাকে অধ্যাত্মদৃষ্টি দিয়া দেখিবার ইহা অভিনব প্রয়াস। ৩য় সংস্করণ, মূল্য e'•• মাত্ৰ।

18 खेश्राम्मत्र द्वामा

ক্থ, জান ও ভক্তিম্পক কতকণ্ডলি আখাছিক তথ্পূৰ্ণ উপদেশের স্মাহার। সপুন সংস্করণ, **৭৫ মাত্র।

५० द्याळगाना

সারস্বত মঠে পঠিত ভোত্রনন্ত্রে সংগ্রহ। বড় বড় অঞ্চরে পরিষ্কার ছাপা। স্বাদশ সংকরণ, ১'০০ মাতে।

১৬ জীতীনিগমানক্ষের জীবনী ও বাণী

ইমং সামা নিগমানক পর্মহ সরেবের ইমুস্নিংক্ত জীবন-কথা, আত্মপরিচয়, তত্ত্বাপদেশ ও অভয়বাণীর অপূর্বা সমাবেশ। ষষ্ঠ সংস্করণ, জীমীঠাকুরের প্রতিমৃত্তি ও হতাকরের প্রতিনিপি সহ मुला २ • • माळ ।

১৭ অভয়বাণী

শ্রীশ্রীনিগমানন পর্মহংসদেব-কর্তক তদীয় শিখ্য-ভক্তবুন্দসমীপে লিখিত ও শ্ৰীমুখ-কৰিত আশা ও উদ্দীপনাপূর্ণ বাণীসমূহের সংগ্রহ। মলা ১ * • • মাত্র।

১৮ निगम-वानी

শ্ৰীমণাচাৰ্য্য খাখী নিগমানৰ পর্মহংদদেব-লিখিত পত্রাবলী হইতে সাক্ষ্যোম বাণীসমূহের मक्सम । क्ष मस्त्रवृत्, 5'= • माख I

১৯ কীর্ত্তনমালা

সারহত মঠ, আশ্রম ও তদন্তর্গত সক্ষমমূহে গীত কীর্তন ও সঙ্গীতসমূহের অপুর্বং সমাবেশ। চতুর্থ সংস্করণ খ্লা ৫ ০০ মাতা।

२० बी ब्रिनिशयानन्द-उभरम्बायुङ

শ্রীমং স্বামী নিগ্যানন্দ পর্মহংসদের কর্তৃক তদীর শিশ্র-ভক্তগণকে উপসক্ষা করিয়া প্রদত্ত অমূল্য উপদেশ-বাণীর অপূর্ব্ব সমাবেশ। অমৃতের মতই মধুর। বিতীয় সংস্করণ, মূলা e' - মাত ।

২১ নিগম-প্রসাদ

শ্রীনীনিগমাননদেবের শ্রীম্থ-নিঃস্ত অমৃতম্যী তববাণী। মূল্য ২' •

২২ এতিভিক্তর্স্থ্যন

ন্তক ভব্ন সম্পর্কে অভিনর গ্রন্থ। এক খারে বেদ বেদান্ত দর্শন-পুরাণের সার নিয়াস এবং শাধনসিভ মহাপুরুষগণের মুখবাণীর অপুর্ব স্মাবেশ। भूना ० -- गाम्।

२७ अख्यवांगी

২৪ মন:শিকা

শাবস্থত দৰেহর দ্যাকু পরিচয়, ভাহার আমর্শ, উদ্দেশ্র ও ভাবধারা, ज्ञानिक कर्त्वानिक । २३ मध्यप्रम, मृना • '१६ माळ।

মনকে লক্ষ্য করিয়। উদ্বোদিও माध्यानरमन, पाठकन बाबी-বিভিলাতের অবার্থ সবেড--শান্তির অমৃত নিঝ্র। ৩ • •

३१ छेश्कणकीदर्भ

মনোর্ম ভাষার উভিলার তার্সন্তের প্রাঞ্জ বিবর্ণ, বছ मार्च निक, त्योदायिक व औष्टिमामिक एक व उधामगृहद्द आवम्मा नयादिन। युना 9'++ माछ।

२७ मीलाइटल शकुत मिरायामक

১০০। शास क्षेट्ड २०६२ न्याय जीविशकृत मशाबादण्य मीनाहरल भवविष्टित भरमावस न्यारक्षा । अस्य सङ् ३०००, विकीय वश्र ३० ०० ।

২৭ ভজনমিলনীৰ ভাষণ-- মুন্ত ১০০০ |

২৮ জ্ঞাত্রিক নিগমানদের লৌকিক বিদ্যা ও অলৌকিক अखि — मृता १ • • । ३३ छेशनिसम् सनन ३२ गत — मृता 8 • • । ख्याय भागी निश्यानक अनुकडोरम्टन श्राम छोन छाडिम्बि दह महिल १ र ., मासादा भारेख • र ., एकाई छ काई भारेख • २० । - আগ্রিস্থান-

(১) প্রেম্বর মঠ, পো: — ছালিস্তর (১৪ প্রপ্ণা) ! (३) भरकीम्य त्करोन, हा छड़ा (गोनन, ८गी: ६ एकमा हा छड़ा।

व्यार्था-मर्भव

সনাডন বর্শ্বের মুখপত্র]

আসাম-ব্যায় সার্ঘত মঠের তরাবধানে ব্লহারিস্কুম ছারা শ্বিচালিত ধ্ব, নীতি ও শিকা সম্ভাৱ মাসিক প্র। ৬>তম বর্ষ (১০৮০) চলিতেতে। বাৰিক খুলা ভাকমাশুল সহ ৮ • • টাকা মাত্র। প্রাধিখান - সারখত মঠ, পো: - হালিসংর (२६ পরগণা)।

নার্থত মঠাতুর্থত শাখাশ্রম ও স্ভ্রসমূহ হইতে প্রকাশিত भूछकावली

ঠাকুরের চিঠি - এমদাভাষা স্বামী নিগমানন সংক্তী প্রমহংস্থের কভক ভদাত শিক্ত ভজগণ-সহীপে লিখিত অমূলা উপদেশপূৰ্ণ শক্তবলী ৷ ১म वल २ व. १ वल २ वल १ वल १ वल १ विकास मा विकास वल १

সশ্যিন্তার চিঠি -১৩৩৮ হালিস্তর ভক্ত শ্লিল্টার বিশ্বত বিবরণ ও এতিটাকুরের জিম্ব-নি: শত উপদেশ ৷ মূল্য ১ ৫০ ৷

ঠাকুর হরিদাস - জীমগাথাপুর অভবন পার্ধ নাম-সাধনার বৃত্ত विश्रष्ट के क्रिक एकिनादभव मूख खीरन-कथा। ०'वे०।

विस्मृत्रम् । १२४ । अञ्चलकाशमादाकाकोर्यनम् । १२० ।

मन् कर निराभानमा — श्रीकी कृदत्त्व को दन-विद्यमन । यूना >'4 । दम्बदकत निम्निनि —मान्यकत् चडः पूर्व छ। एव चाना । ১२ वछ ३.६० रेस तब ३.६० वर सब ३.६० ।

निश्मपु (७ — भग्नक्टम के क्रियन क्षीयन-कथा । मृना • ' १ ।

্রী প্রান্ত সংস্কৃত মূল ও তাহার প্রাঞ্চল প্রায়্বাদ। • ৭৫। আচাধ্যশ্ৰসক ইতিয়াকুল নিগমানৰ প্ৰমহংস্বেৰ-স্প্ৰিত।

খ্য শিখা বা ভক্ত-ভগ্রানের মধুর লালার উচ্চল প্রকাশ। মূলা ১'৫।

জামি কি চাই---'৫-। নিয়মপঞ্চক---'৫-।

হিন্দুবোধন — গুমন্ত জাতির জাগরণের বিভাগত। মূলা ১০৫ ।

আদর্শ গৃহস্থ জীবন গঠনে এতিঠাকুর — জীবন গঠনোপগোরী উপদেশর। শিতে সমলক্ত — আজি গৃহে বাধার উপযুক্ত। মূল্য > • • • ।

নিত্যলোকের ঠাকুর—এইটাতুর-অভিত "আনচকের" মণাভান, ভাবলোক বা নিভালোকের অপ্র বর্ণনামহ অভিনব গ্রন্থ। মূলা ১'৫०।

মৃত্যু, পরকাল ও গতি সম্পর্কে এইটাভুর-->'ং-।

কামাখ্যার কুমারীপূজা—পৌরাণিক ও ঐতিহাসিক তথ্যের অপূর্ব न भारतम । (नवारत्म कवि छात्र 'काभाशासमीन'। ১ १०।

নিগমানক্ষণনি—জান ও ততির অপূর্ব সম্বর। ৭০০।
ক্রেমনেবোরর। গতি—অপূর্ব ভাররসম্ভিত ররহার। ৩০০।
ক্রিনিগমানক্ষক্ষামূভ—১২ গড় ২০০১, ২৯ গড় ৩০০১, ১৯ ১৯।
ক্রিনিগ্রাক্ষেমহিমা—পরাহ্রের উপ্রেশার্কী। ১৯ গড় ১০১১,
১৯ গড় ১০০।

ছশে অভয়বাদী—প্যভালে শ্রীষ্টাতুরের অভবাদী। মূলা ১০০।
আমিয় স্মৃতি—কবিতার শ্রীষ্টাতুরের স্মৃতি-তর্পণ। ১৭৫।
কচির কুজন—কচি ও কাচাবের আবনগঠনোগবাদী বিবিধ ছলে
বীপা বাটি বরব ও আনগঠ কবিভার ন্যাবেশ। ১৫০।

নীলাচলের পথে—ইনিটাপুরের অমিচ্ছতিবিভঙ্গিত বিরহ্বিচুর ভক্তরাবের মথনিতাড়ী ভাবোজ্বাদ। ১৭৬।

শারক্ষর মঠ ও আমী অরপানক্ষ—হত্ত । ভক্তরিভাত্তর—

বত্ত । আন্তর্বাধী—১০০০ শহরের মত ও গৌরাজের পথ—

তত্ত । আন্তর্বাধী—১০০০ লাগ ০০০০, হর ছাত্ত ০০০০। পঞ্চনী—

আদীপ—০০০০ শ্রিকুল্ফ—হত্ত । শ্রিকিটাকুরমারাল্যা—০০০০।

কিমানক্ষের আচার্য্য অভিযান—১০০০ শ্রিকিটাকুরমারাল্যা—০০০০।

কিমানক্ষের আচার্য্য অভিযান—১০০০ শ্রিকরেলের আসনপূজা—

হত্ত । শ্রেলাল্যাল—১০০০ নিগম শ্রিরেলা [ব্যাবা]—২০০০।

আচার-বিল্লের পারক্ষর্য—১০০০ নিগম শ্রিরেলা [ব্যাবা]—২০০০।

আচার-বিল্লের পারক্ষর্য—১০০০ বিলাল্যালির ওকর বিভাব ও বেলাল্যাল্যালির আচার—১০০০। প্রার্থালির বিলাবা]—২০০০, প্রার্থনা [ব্যাবা] ২০০০।

-আভিত্মান-

- ১। আশাম-বলীর বারক্তর মর্চ, হালিবছর (২৪ পরর্বা)
- ম। মহেশ লাইভেটী, ২০২, কামাচত্রণ দে টাই, কলিকান্তা-১০
- ा गर्भागः दृष थेन, शंक्षा ठकेनन, त्याः क त्यमा शंक्षा।